500
РЕЦЕПТОВ
СО ВСЕГО
СВЕТА
Н.А. Передерей

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Кухни разных стран отличаются большим разнообразием блюд. Перечислить их все, конечно же, невозможно. В данной книге собраны 500 наиболее популярных рецептов, которые придутся по душе даже самому утонченному ценителю кулинарии.

- 500 рецептов со всего света
  - Введение
    -
  - Глава 1. Русская кухня
    -
    - Холодные закуски
      - Салат «Королевский»
        -
      - Салат «Городской»
        -
      - Салат из говядины
        -
      - Салат «Осенний»
        -
      - Салат «Вдохновение»
        -
      - Помидоры, фаршированные салатом
        -
      - Салат «Вегетарианский»
        -
      - Салат «Фантазия»
        -
      - Салат из говяжьей печени
        -
      - Салат «Бабушкин рецепт»
        -
      - Салат «Любимый»
        -
      - Салат «Подарок»
        -
      - Салат «Изысканный»
        -
      - Салат «Юбилейный»
        -
      - Салат «Удивительный»

- Салат из курицы по-домашнему
- Салат из курицы по-уральски
- Салат «Летняя фантазия»
- Салат «Весенний»
- Салат «Деревенский»
- Перец, фаршированный салатом
- Винегрет «Морской»
- Салат «Лесная сказка»
- Салат «Июльский»
- Салат из грибов, фасоли и цветной капусты
- Рисовый салат со сладким перцем
- Салат «Веселая карусель»

- Заправки и соусы
  - Салатная заправка
  - Сметанная заправка
  - Соус «Основной»
  - Соус «Чесночный»
  - Соус «Сырный»
  - Соус «Зеленый»

- Первые блюда
  - Щи
  - Бульон куриный «Острый»

- Суп-пюре «Ароматный»
- Суп-кулеш
- Ростовская уха
- Рыбная солянка
- Грибной рассольник на курином бульоне
- Суп из куриного фарша
- Суп-пюре «Царская охота»
- Суп из субпродуктов
- Куриный суп с цветной капустой
- Лапша домашняя на курином бульоне
- Суп из потрохов гуся
- Суп с клецками
- Суп из утки с грибами
- Рассольник «Столичный»
- Куриный бульон с блинчиками
- Суп крестьянский
- Борщ по-украински

- Вторые блюда
  - Курица в горшочке
  - Цыпленок в глине
  - Голубцы с куриным мясом
  - Курица с овощами «Фантазия»
  - Гусь «Хмельной»

- Фаршированный картофель
- Цыпленок, тушенный с яблоками
- Куриные потроха,
- Тушеная утка
- Куриное рагу с маринованными овощами
- Солянка «Московская»
- Картофель, запеченный с грибами
- Картофель, жаренный с огурцом
- Котлеты капустные
- Мясные биточки с рисом
- Капуста тушеная
- Голубцы
- Котлеты «Пожарские»
- Сибирские пельмени
- Пельмени мясные
- Бефстроганов
- Вареники с печенью
- Лапша с печенью
- Рулет из говядины
- Поджарка из свинины с яблоками
- Гусь под грибным соусом
- Гусь на вертеле

- Курица на вертеле
- Курица под горчичным соусом
- Жареный петух
- Гусиные потроха с соусом
- Фаршированная дикая утка
- Жаркое из цыплят
- Паштет печеночный
- Цыплята с грибами
- Боярская курица
- Цыплята по-деревенски
- Гусь с квашеной капустой

- Изделия из теста
  - Рыбный пирог
  - Блины на дрожжах
  - Блинчики с медом
  - Блинчики гречневые
  - Оладьи из дрожжевого теста
  - Кулебяка
  - Ленивый пирог
  - Пирожки из песочного теста с начинкой
- Десерты
  - Гоголь-моголь
  - Батончики творожные

- «Пьяные» яблоки
- Сырники сладкие
- Баба рисовая с вишней
- Десерт «Геркулес»
- Мусс «Смородинка»
- Мусс «Ягодка»

- Глава 2. Восточная кухня
  - Китайская кухня
  - Холодные закуски
    - Сандвичи «Китай»
    - Бутерброды «Желтое море»
    - Бутерброды «Янцзы»
    - Салат из курицы по-гонконгски
    - Куриная печень с беконом «Чуй-чуй»
    - Салат из курицы с апельсинами по-сианьски
    - Салат из крабового мяса «Тайбэй»
    - Лососевый салат по-нанкински
    - Салат «Китаец»
    - Салат из маринованного дайкона
    - Овощной салат по-шанхайски
    - Салат «Восточная экзотика»
    - Салат «Дальневосточный»

- Салат из ананасов, орехов и бобовых ростков
- Грибные шляпки по-китайски
- Креветочные шарики «Тяньцзинь»

- Первые блюда
  - Куриный бульон по-китайски
  - Курица с раками
  - Суп «Душистый»
- Суп-пюре из курицы
- Куриный суп с рисом по-уханьски
- Рисовая похлебка из индейки «Чэнду»
- Суп из бычьих хвостов и арахиса по-сычуаньски
- Суп из свиных ножек с сушеными устрицами
- Суп из акульих плавников
- Грибной суп «Императорский»
- Грибной суп с говядиной по-пекински
- Грибной суп с куриным мясом
- Яично-грибной суп «Шанхай»
- Суп из морской капусты «Порт-Артур»
- Суп из ростков сои «Фучжоу»
- Овощной суп с лапшой
- Вторые блюда
  - Цыплята по-шанхайски
  - Курица с яйцами

- Курица по-восточному
- Курица под маринадом, запеченная в кляре
- Куриное филе с зеленой фасолью
- Индейка «Восточное чудо»
- Жареные голуби
- Курица с ананасом
- Свинина в кисло-сладком соусе
- Свинина с зеленым перцем
- Свинина с жареной лапшой
- Чоп сви
- Перец с мясом по-пекински
- Жареные почки
- Паровая котлета из рубленой свинины с копченой утиной печенью по-шанхайски
- Говяжий язык с грибным соусом по-харбински
- Шашлык «Восточный» из курицы
- Шашлык из курицы с яблоками и ананасами
- Шашлык по-пекински
- Шашлык с помидорами
- Шашлык из свинины под кисло-сладким соусом
- Шашлык «Особый»

- Шашлык из говядины с ананасом
- Шашлык-биточки по-восточному
- Шашлык из говяжьего фарша с побегами бамбука
- Шашлычки из креветок и морских гребешков с медом
- Шашлык из карпа под кисло-сладким маринадом
- Шашлык «Лагуна»
- Мясо осьминога, запеченное на вертеле
- Рыба, жаренная на вертеле с овощами

- Рыба под кисло-сладким соусом
- Жареная кефаль в кляре
- Жареная кефаль с помидорами по-абердински
- Жареная рыба-меч по-фучжоуски
- Рыбные палочки под сырным соусом
- Морской окунь, приготовленный на пару
- Креветки, жаренные в кляре
- Куриный плов по-китайски
- Плов по-янчжоуски
- Плов с креветками по-китайски
- Плов из морского гребешка
- Плов из кальмаров
- Плов из раков

- Плов из крабов
- Изделия из теста
  - Картофельные лепешки
  - Праздничное печенье по-пекински
  - Новогодний пудинг «Гуанчжоу»
- Десерты
  - «Фруктовый сюрприз»
  - Воздушный рис на меду
  - Суп из апельсинов
  - Груши по-пекински
  - Кокосовый крем

○ Глава 3. Европейская кухня

- Английская кухня
- Холодные закуски
  - Бутерброды «Пикантные»
  - Бутерброды «Солнечный день»
  - Бутерброды «Витаминные»
  - Бутерброды «Деревенские»
- Бутерброды «Зеленые»
- Первые блюда
  - Суп-пюре «Английский»
  - Суп с индейкой и грибами
  - Куриный суп с раками и цветной капустой
  - Суп «Душистый»

- Суп-пюре «Дичь с каштанами»
- Суп «Монарх»
- Суп-пюре «Дичь с чечевицей»
- Суп из курицы и телятины
- Куриный бульон с гренками
- Суп с омлетом
- Куриная похлебка с паштетом

- Вторые блюда
  - Гусь от миссис Хадсон
  - Дикая утка
  - Курица в яйце «Сочная»
  - Индейка в тесте
  - Охотничье жаркое из фазана
  - Курица, тушенная с каштанами
  - Рябчики, фаршированные
  - Жареные куропатки
  - Графская жареная курица

- Изделия из теста
  - Английский торт к чаю
  - Печенье «Английское»
  - Печенье с сахарной глазурью

- Десерты
  - Десерт из имбиря
  - Печенье из овсяных хлопьев

- Томатный коктейль
- Французская кухня
- Холодные закуски
  - Сэндвичи «Канны»
  - Сэндвичи «Бургундия»
  - Сэндвичи «Версаль»
  - Бутерброды «Марго»
- Первые блюда
  - Французский куриный суп
  - Куриный суп с омлетом
  - Домашний суп из утки
- Вторые блюда
  - Утка с белым вином
  - Цыплята с шампиньонами в вине
  - Бифштекс с кукурузой
  - Свинина в горшочке
  - Жаркое по-французски
  - Печень с грибами
  - Курица, жаренная по-французски
- Изделия из теста
  - Пирог с ветчиной
  - Вафли
  - Пирог «Альпийский»
  - Пирог «Крестьянский»

- Пирог с творогом и вишнями
- Кекс фруктовый
- Десерты
  - Груши в тесте
  - Чернослив в молоке
  - Яблоки, печенные с брусникой
- Глава 4. Кухня стран Америки
- Мексиканская кухня
- Холодные закуски
  - Салат капустный с куриным мясом
  - Салат капустный с вишней и сливой
  - Салат с тыквой и яблоками
  - Фруктово-овощной винегрет
  - Салат с фрикадельками из рыбы
  - Салат из кальмаров
- Первые блюда
  - Куриный суп
  - Белый бульон из баранины
  - Суп с рыбными фрикадельками и ветчиной
  - Суп с креветками и рисом
  - Суп из рыбы и фасоли
  - Светлый рыбный бульон
  - Суп с кальмарами
  - Бульон мясной с пудингом

- Суп овощной с орехами
- Вторые блюда
  - Курица по-мексикански
  - Куриное филе, тушенное с арахисом
  - Индейка, фаршированная грецкими орехами
  - Печень, жаренная с фруктами
  - Цыплята, тушенные с капустой
- Изделия из теста
  - Пирог с луком
  - Печенье с сухофруктами
  - Пирог с сыром
- Десерты
  - Хлеб «Сахарный»
  - Десерт «Медовый»
- Кухня США
- Холодные закуски
  - Салат «Американка»
  - Омлет с салатом «Нью-Йорк»
  - Яйца с помидорами по-техасски
  - Американские гамбургеры
  - Двойные бургеры «Джорджия»
  - Сэндвичи «Денвер»
  - Сэндвичи «Сакраменто»
  - Сэндвичи «Мичиган»

- Сэндвичи с тунцом
- Первые блюда
  - Похлебка с индейкой и грибами
  - Пельменный суп «Джордж Вашингтон»
  - Куриный суп с грибами
  - Суп-пюре «Обед фермера»
- Вторые блюда
  - Бифштексы по-американски
  - Бифштексы по-американски
  - Бифштексы с сыром и салями на гриле
  - Гуляш по-арканзасски
  - Курица на решетке «Вирджиния»
  - Камбала под винным соусом
  - Фасоль с копченой свиной грудинкой
  - Панированные окорочка
- Изделия из теста
  - Рулет ореховый
  - Торт с яблоками
  - Печенье
  - Торт кофейный
  - Торт шоколадный с миндалем
  - Язычки

○ Глава 5. Кухня Австралии

- Холодные закуски

- Сосиски в беконе
- Сэндвичи с крабами
- Сэндвичи с языком
- Сэндвичи с курицей
- Бутерброды «Сидней»
- Гренки, запеченные с яйцами
- Салат из помидоров с ветчиной
- Салат из морских гребешков
- Салат из кальмаров
- Салат из авокадо с креветками
- Авокадо, фаршированные креветками

- Первые блюда
  - Суп с печеночными фрикадельками
  - Суп «Ассорти»
- Вторые блюда
  - Капит
  - Бифштекс по-австралийски
  - Ростбиф по-австралийски
  - Мозги говяжьи в винном соусе
  - Тушеный язык
  - Грудка утки с апельсинами
  - Котлеты куриные с зеленым горошком
  - Куриные котлеты с начинкой

- Картофель с куриной печенью
  - Курица экзотическая
  - Курица «Пикантная»
  - Индейка «Тропическая»
  - Индейка, фаршированная
  - Рыба-меч по-австралийски
  - Шашлычки из морепродуктов
  - Картофель, фаршированный креветками
  - Креветки в остром соусе
- Изделия из теста
  - Австралийский торт безе
  - Пирог фруктовый «Мельбурн»
  - Блинчики с творогом
- Десерты
  - Батончики творожные
  - Рисовый пудинг по-австралийски

500 рецептов со всего света

Введение

Рецептов приготовления пищи существует очень много. Каждый способ отличается оригинальностью и неповторимостью. Из одних и тех же продуктов опытный кулинар может приготовить несколько разных блюд, имеющих своеобразный вкус и аромат.

На кулинарные рецепты разных стран большое влияние оказали религиозные верования. Например, в странах Востока запрещено употреблять в пищу свинину и алкогольные напитки. Эти продукты удачно заменяют другие сорта мяса и различные соусы, соки, безалкогольные напитки, которые применяют при приготовлении того или иного блюда вместо вина.

В европейских же странах во многие рецепты входит небольшое количество алкогольных напитков, которые придают блюдам необычный вкус.

Кроме того, в Европе вино и другие алкогольные напитки не только применяют при приготовлении пищи, но и традиционно подают к любому блюду. Гурманы придерживаются мнения, что вино оттеняет вкус пищи, придает ей пикантность и изысканность.

В зависимости от географического положения той или иной страны в одни и те же рецепты на протяжении длительного периода времени вносились изменения. Кулинары заменяли используемые продукты, добавляли приправы, специи, которые меняли вкус готового блюда.

Немалое значение на вкус и аромат пищи оказывает кухонная утварь, в которой ее готовят. Например, в восточных странах для приготовления пловов применяют казан. В другой емкости это блюдо не будет таким ароматным и вкусным.

В этой книге собраны наиболее популярные рецепты России, Китая, Азербайджана, Армении, Англии, Франции, Мексики, Соединенных Штатов Америки и Австралии.

Кухня каждой из перечисленных стран интересна и своеобразна. Блюда, рецепты которых приведены в книге, можно приготовить в домашних условиях.

Одни блюда, представленные тут, довольно просты и на их создание не потребуется много времени. Другие рецепты отличаются оригинальностью.

В главе 1 содержатся рецепты, традиционные для кухни России. Несмотря на то что в кулинарии нашей страны много заимствованных блюд, тут есть и свои национальные способы приготовления пищи. Для кухни России характерны мясные,

мучные, овощные блюда, различные соленья, маринады.

В главе 2 приводятся рецепты восточных государств – таких, как Китай, Азербайджан, Армения.

Для них характерны острые приправы, соусы, подаваемые к мясу (в основном к баранине). Популярностью у народов Востока пользуются рыбные блюда.

В главе 3 содержатся рецепты европейских стран: Англии и Франции.

Для этих государств характерна легкая пища. Это в первую очередь салаты, сэндвичи, бутерброды. К блюдам традиционно подают различные вина, соусы.

Глава 4 содержит рецепты Мексики и Соединенных Штатов Америки.

Большое распространение в кухне этих стран получили холодные закуски, мясо птицы, овощные блюда и морепродукты. Популярностью пользуются и блюда быстрого приготовления, не требующие особых затрат времени и сил.

В главе 5 приводятся рецепты Австралии. Население этого государства отдает предпочтение овощным и фруктовым салатам, мясным блюдам.

Глава 1. Русская кухня

Одно из ведущих мест среди наиболее популярных кулинарных рецептов всего мира занимают рецепты блюд русской кухни. Обусловлено это тем, что на территории нашей страны издревле проживают различные народы, чьи традиции оказали свое влияние на способы приготовления пищи. В силу того, что Россия расположена в двух частях света, Европе и Азии, в кухне нашей страны удачно сочетаются рецепты, популярные у европейских и азиатских народов.

В русской кухне присутствуют характерные только для России мучные и рыбные блюда, соленья, варенья, квашеные овощи, а также салаты, распространенные в Европе, и острые соусы, которые являются неотъемлемой частью азиатской кухни.

Несмотря на близкое соседство других государств, русская кухня не утратила своего национального характера. Многие блюда, традиционные для России, широко известны и за пределами нашей страны.

Вряд ли можно встретить туриста, приехавшего из другой страны, который бы не отведал традиционных русских щей, блинов, кулебяки и пирогов.

Холодные закуски

Салат «Королевский»

Ингредиенты:

Говядина – 80 г, шампиньоны маринованные – 50 г, огурец маринованный – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, маринад из-под огурцов – 2 ст. ложки, лук зеленый, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, удаляют пленки, кладут в кастрюлю и варят на среднем огне до готовности. Говядину остужают и режут соломкой.

Луковицу очищают и нарезают полукольцами. Часть зеленого лука и зелени укропа шинкуют, несколько веточек оставляют для украшения блюда.

Говядину, репчатый лук и укроп кладут в глубокую емкость.

Отдельно смешивают маринад из-под огурцов и майонез, добавляют к говядине и оставляют на 1–2 ч в холодильнике.

Шинкованные маринованные грибы смешивают с нарезанным соломкой огурцом, говядиной, луком и укропом. Салат солят, перчат, тщательно перемешивают.

Готовое блюдо кладут в салатницу, украшают веточками укропа и перьями зеленого лука.

Салат «Городской»

Ингредиенты:

Ветчина свиная – 60–80 г, огурцы – 2 шт., картофель – 1 шт., морковь – 1 шт., яйцо – 1 шт., майонез – 1 ст. ложка, соус томатный – 1 ст. ложка, листья салата, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель и морковь отваривают, очищают, нарезают кубиками. Сваренное вкрутую яйцо очищают от скорлупы и мелко нарезают. Один очищенный от кожицы огурец нарезают кубиками.

Другой огурец, не очищая от кожицы, нарезают тонкими

ломтиками и оставляют для украшения салата. Ветчину нарезают соломкой. 2–3 листика салата оставляют для украшения блюда, а остальные шинкуют.

В неглубокой емкости смешивают майонез, томатный соус, перец. Ингредиенты тщательно перемешивают. Затем добавляют овощи, ветчину, яйцо, соль, перец, нашинкованные листья салата и снова перемешивают.

Готовый салат выкладывают в глубокую салатницу, украшают зеленью и ломтиками огурца.

Салат из говядины

Ингредиенты:

Фасоль красная консервированная – 150 г, говядина – 100 г, яйца – 2 шт., морковь – 1 шт., картофель – 1 шт., яблоко зеленое – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка, листья салата, лук зеленый, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель и морковь отваривают, очищают, нарезают кубиками. Зеленое яблоко нарезают кубиками, не очищая от кожицы, но удалив сердцевину. Яйца варят вкрутую, одно из них мелко нарезают, другое оставляют для украшения салата.

Говядину тщательно моют, режут кусочками, выкладывают на сковороду, обжаривают в сливочном масле, остужают, нарезают соломкой и кладут в глубокую емкость. К мясу добавляют нарезанные овощи, яблоко, измельченное яйцо, консервированную красную фасоль, майонез и соль. Салат тщательно перемешивают и выкладывают в блюдо на листья салата.

Украшают луком, яйцом и подают к столу.

Салат «Осенний»

Ингредиенты:

Говядина – 100–120 г, шампиньоны – 100 г, яйца – 2 шт., масло растительное – 1–2 ст. ложки, листья шпината, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говядину нарезают соломкой, кладут в сковороду и жарят в растительном масле до румяной корочки, постоянно помешивая.

Мясо остужают и выкладывают в глубокую емкость.

Яйца варят вкрутую, очищают, одно из них измельчают и смешивают с обжаренным мясом. Второе яйцо разрезают на 3–4 части и оставляют для украшения готового салата.

Шампиньоны тщательно перебирают, промывают, отваривают и нарезают соломкой. Несколько грибов оставляют для украшения блюда.

Листья шпината мелко шинкуют, смешивают с грибами, яйцом и обжаренной говядиной. Полученную массу заправляют растительным маслом, солят, перчат и тщательно перемешивают.

Готовое блюдо кладут в салатницу, украшают шпинатом, яйцом, крупно нарезанными шампиньонами и подают к столу.

Салат «Вдохновение»

Ингредиенты:

Ветчина – 100 г, горошек зеленый консервированный – 100 г, помидоры – 2 шт., яйцо – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Ветчину нарезают соломкой. Один помидор, не очищая и не удаляя сердцевины, нарезают кубиками, а другой разрезают пополам, а затем нарезают полукружиями.

Нарезанный кубиками помидор кладут в глубокую емкость и смешивают с нашинкованной зеленью петрушки, консервированным зеленым горошком, солью, перцем и тщательно перемешивают. Сваренное вкрутую яйцо очищают от скорлупы, измельчают и выкладывают в неглубокую тарелку. Затем кладут слой ветчины и смесь из зеленого горошка, кубиков помидора и зелени.

Готовый салат заправляют майонезом, украшают нарезанным полукружиями помидором, веточкой петрушки и подают к столу.

Помидоры, фаршированные салатом

Ингредиенты:

Сыр – 30 г, помидоры – 2 шт., яйца – 2 шт., чеснок – 1 долька, майонез – 2 ст. ложки, лук зеленый, зелень петрушки, листья салата, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Помидоры тщательно моют, срезают верхушку, аккуратно

удаляют сердцевину. Сваренные вкрутую яйца очищают, измельчают, смешивают с натертым на мелкой терке сыром и чесноком, нашинкованной зеленью, оставив несколько веточек для украшения.

Полученную смесь заправляют майонезом, солят, тщательно перемешивают и фаршируют ею помидоры.

Готовое блюдо украшают листьями салата, зеленью петрушки, зеленым луком и подают к столу.

Салат «Вегетарианский»

Ингредиенты:

Фасоль красная консервированная – 200 г, фасоль желтая консервированная – 200 г, лук репчатый – 1 шт., перец сладкий желтый – 1 шт., перец сладкий зеленый – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, зелень кинзы и базилика, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Желтый и зеленый сладкий перец разрезают на две части, удаляют семена, нарезают кубиками, кладут в глубокую емкость, смешивают с фасолью, измельченной зеленью кинзы и базилика, оставив несколько веточек для украшения блюда.

Репчатый лук очищают, половину нарезают тонкими кольцами и добавляют в салат. Полученную массу заправляют растительным маслом, солят, перчат и тщательно перемешивают.

Готовый салат выкладывают в салатницу и украшают веточками зелени.

Салат «Фантазия»

Ингредиенты:

Фасоль стручковая консервированная – 150 г, капуста цветная – 150 г, горошек зеленый консервированный – 150 г, ветчина свиная – 70 г, огурец – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, листья салата, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Листья салата моют и шинкуют. Цветную капусту разделяют на соцветия, кладут в кипящую воду, варят до готовности, остужают, мелко нарезают и смешивают с листьями салата.

Половину огурца, не очищая, нарезают тонкими кружками и

оставляют для украшения готового блюда. Оставшуюся часть огурца нарезают кубиками.

Свиную ветчину нарезают соломкой, смешивают с салатом, отваренной цветной капустой, консервированной стручковой фасолью и зеленым горошком. В полученную массу добавляют нашинкованную зелень петрушки, перец и соль. Салат заправляют майонезом и тщательно перемешивают.

Готовое блюдо выкладывают в салатницу, украшают листьями салата, кружочками огурца и подают к столу.

Салат из говяжьей печени

Ингредиенты:

Печень говяжья – 100 г, яйцо – 1 шт., огурец – 1 шт., майонез – 3 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, листья салата – 3–4 шт., зелень петрушки, лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говяжью печень моют, кладут в сковороду, жарят в растительном масле до румяной корочки, остужают и нарезают соломкой. Сваренное вкрутую яйцо очищают, разрезают пополам, нарезают тонкими полукружиями. Половину неочищенного огурца нарезают кружками и оставляют для украшения готового блюда, а оставшуюся часть шинкуют соломкой.

Зелень петрушки и зеленый лук шинкуют, кладут в глубокую емкость, смешивают с печенью, огурцом, солью, перцем, полученную массу тщательно перемешивают.

На дно салатницы выкладывают листья салата, а сверху – измельченное яйцо.

Слой заливают майонезом, сверху кладут печень с зеленью и огурцом и снова заправляют майонезом.

Готовое блюдо украшают веточками петрушки, кружочками огурца, зеленым луком и подают к столу.

Салат «Бабушкин рецепт»

Ингредиенты:

Филе говядины – 80 г, сельдь

малосоленая – 30 г, картофель – 1 шт., яйцо – 1 шт., огурец маринованный – 1 шт., помидор – 1 шт., яблоко – 1 шт., майонез – 1 ст. ложка, горчица – 1 ст. ложка,

листья салата, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо тщательно моют, варят в соленой воде до готовности, остужают и нарезают соломкой.

Картофель отваривают, очищают и нарезают кубиками.

Яйцо варят вкрутую, очищают от скорлупы и нарезают кубиками.

Не очищенное от кожицы яблоко разрезают пополам, удаляют сердцевину и нарезают ломтиками.

Маринованный огурец разрезают пополам, а затем нарезают полукружиями.

Сельдь очищают, удаляют кости, филе нарезают соломкой, кладут в глубокую емкость, добавляют овощи, говядину, яблоко, соль, перец и тщательно перемешивают.

В отдельной емкости смешивают майонез и горчицу.

Готовое блюдо выкладывают в глубокую тарелку на листья салата, заправляют соусом из майонеза и горчицы, украшают нашинкованной зеленью укропа, ломтиками помидора и подают к столу.

Салат «Любимый»

Ингредиенты:

Печень говяжья – 100 г, морковь – 1 шт., огурец маринованный – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, майонез – 2 ст. ложки, зелень укропа, листья салата, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говяжью печень моют, кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют соль, варят на умеренном огне до готовности, остужают, нарезают соломкой и выкладывают в глубокую емкость. Маринованный огурец нарезают соломкой, смешивают с говяжьей печенью.

Морковь очищают, натирают на крупной терке, обжаривают в растительном масле и добавляют в емкость с печенью и огурцом.

Репчатый лук нарезают кольцами, обжаривают в растительном масле, остужают, смешивают с готовой массой.

Салат солят, перчат, заправляют майонезом, кладут в салатницу, украшают измельченной зеленью укропа и листьями салата и подают к столу.

Салат «Подарок»

Ингредиенты:

Фасоль стручковая консервированная – 150 г, филе куриное – 80 г, картофель – 1 шт., огурец маринованный – 1 шт., морковь – 1 шт., помидор – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, листья салата, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель отваривают, очищают, нарезают кубиками. Филе курицы варят в соленой воде, остужают, нарезают соломкой. Неочищенный помидор разрезают на 2 части, затем одну половинку аккуратно нарезают кубиками, другую оставляют для украшения салата.

Маринованный огурец нарезают кубиками. Морковь отваривают, остужают, очищают, разрезают пополам и нарезают полукружиями. Листья салата шинкуют, несколько штук оставляют для украшения готового блюда.

Овощи, филе курицы, листья салата кладут в глубокую емкость, смешивают с консервированной стручковой фасолью, солят, перчат, заправляют майонезом, тщательно перемешивают. Готовый салат выкладывают на плоское блюдо на слой салатных листьев, украшают зеленью петрушки, ломтиками помидора, огурца и подают к столу.

Салат «Изысканный»

Ингредиенты:

Филе куриное – 100 г, шампиньоны – 100 г, яблоко красное – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, листья салата, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Грибы перебирают, промывают, отваривают, остужают и нарезают соломкой, оставив несколько штук для украшения салата.

Не очищенное от кожицы яблоко мелко нарезают соломкой, удалив предварительно сердцевину, добавляют в шампиньоны и кладут в глубокую емкость. Ингредиенты сбрызгивают лимонным соком.

Листья салата шинкуют и смешивают с яблоком и грибами.

Куриное филе отваривают в соленой воде, остужают, нарезают соломкой, добавляют в емкость с грибами, яблоком и салатом, тщательно перемешивают, выкладывают в неглубокую тарелку на слой листьев салата.

Отдельно смешивают майонез, перец, соль.

Готовый салат заправляют приготовленным соусом, украшают грибами и зеленью укропа и подают к столу.

Салат «Юбилейный»

Ингредиенты:

Горошек зеленый консервированный – 150 г, сыр тертый – 150 г, курица копченая – 80 г, яйцо – 1 шт., огурец маринованный – 1 шт., майонез – 3 ст. ложки, лук зеленый, зелень укропа, листья салата, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Копченую курицу нарезают соломкой и кладут в глубокую емкость. Яйцо, сваренное вкрутую, очищают от скорлупы, нарезают кубиками. Маринованный огурец нарезают кубиками и смешивают с консервированным зеленым горошком. Листья салата шинкуют, добавляют к курице, зеленому горошку и огурцу. Полученную массу солят, перчат и тщательно перемешивают.

Зелень укропа шинкуют, несколько веточек оставляют для украшения готового блюда.

На дно неглубокой тарелки выкладывают измельченное яйцо, солят, посыпают укропом, поливают майонезом. Сверху кладут массу из копченой курицы, огурца, салата и горошка.

Готовое блюдо украшают измельченным сыром, зеленым луком, укропом и подают к столу.

Салат «Удивительный»

Ингредиенты:

Филе куриное – 100 г, сыр тертый – 100 г, апельсин – 1 шт., яблоко зеленое – 1 шт., огурец свежий – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Апельсин очищают, делят на дольки, затем нарезают

кубиками. Куриное филе кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, варят в соленой воде до готовности, остужают и нарезают соломкой.

Не очищенное от кожицы яблоко шинкуют соломкой, предварительно удалив сердцевину.

Огурец нарезают соломкой, не очищая от кожицы и не удаляя сердцевины.

Ингредиенты смешивают, выкладывают в неглубокую емкость, солят, перчат, заправляют майонезом, тщательно перемешивают.

Готовое блюдо кладут в салатницу, посыпают тертым сыром, измельченным зеленым луком и подают к столу.

Салат из курицы по-домашнему

Ингредиенты:

Макароны – 150 г, филе куриное – 100 г, кукуруза консервированная – 100 г, маслины консервированные без косточек – 50 г, говядина – 20 г, огурец – 1 шт., помидор – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, соус томатный острый – 1 ч. ложка, листья салата, лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное филе отваривают в соленой воде и нарезают соломкой. Вареную говядину нарезают ломтиками, смешивают с мясом курицы, отварными макаронами, нарезанным тонкими кружками огурцом.

Полученную массу кладут в глубокую миску, добавляют консервированную кукурузу, солят, перчат, перемешивают и выкладывают в салатницу на слой листьев салата.

В отдельной емкости смешивают майонез и острый томатный соус.

Готовое блюдо заправляют соусом, украшают зеленым луком, нарезанным ломтиками помидором, консервированными маслинами и подают к столу.

Салат из курицы по-уральски

Ингредиенты:

Филе куриное – 100 г, горошек зеленый консервированный – 100 г, картофель – 1 шт., огурцы

маринованные – 2 шт., яйцо – 1 шт., майонез – 1 ст. ложка, паста томатная – 1 ст. ложка, сок лимонный – 1 ч. ложка, зелень петрушки, лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное филе варят в соленой воде, остужают, нарезают соломкой, кладут в глубокую миску. Картофель моют, отваривают, остужают, очищают, затем нарезают кубиками.

Маринованные огурцы нарезают соломкой. Яйцо, сваренное вкрутую, натирают на крупной терке. Зелень петрушки шинкуют, оставив несколько веточек для украшения готового блюда.

Отдельно смешивают томатную пасту, майонез, лимонный сок.

Овощи, яйцо, зелень петрушки и консервированный зеленый горошек добавляют к куриному филе. Полученную массу солят, перчат и перемешивают.

Готовый салат выкладывают в салатницу, заправляют соусом, украшают веточками петрушки, зеленым луком и подают к столу.

Салат «Летняя фантазия»

Ингредиенты:

Огурцы – 2 шт., помидор – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., редис – 3–4 шт., лук зеленый, зелень петрушки, листья салата, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Помидор разрезают на 2 части, одну из половинок нарезают тонкими полукружиями, а другую – дольками. Не очищенные от кожицы огурцы нарезают тонкими ломтиками.

Редис нарезают кружками. Сладкий перец разрезают на 2 части, удаляют семена и нарезают соломкой.

На дно салатницы кладут листья салата, сверху выкладывают в форме цветка тонкие полукружия помидора, украшают веточками петрушки, перьями лука, накрывают слой редисом, огурцами, сладким перцем, чередуя с зеленью. Дольки помидора укладывают сверху, перекладывая их зеленым луком и сладким перцем.

Готовый салат солят, перчат и подают к столу.

Салат «Весенний»

Ингредиенты:

Яйца – 2 шт., огурец – 1 шт., масло растительное – 1 ст. ложка, лук зеленый, зелень укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Огурец очищают от кожицы, разрезают на 2 половинки, одну нарезают тонкими кружками, а другую – кубиками. Пучок зеленого лука делят на 2 неравные части, большую шинкуют, а меньшую оставляют для украшения готового блюда.

Огурец и лук кладут в глубокую миску, смешивают со сваренными вкрутую и измельченными яйцами. Полученную массу заправляют растительным маслом, солят и тщательно перемешивают.

Готовое блюдо выкладывают в салатницу, украшают кружками огурца, веточками укропа, перьями зеленого лука и подают к столу.

Салат «Деревенский»

Ингредиенты:

Крупа пшеничная – 150 г, яблоки – 2 шт., помидор – 1 шт., перец сладкий красный – 1 шт., чеснок – 1 долька, масло растительное – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, зелень петрушки, листья салата, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Пшеничную крупу перебирают, промывают, кладут в кастрюлю, заливают кипяченой водой и оставляют на 1 ч. Затем крупу откидывают на марлю. Помидор нарезают кубиками. Красный сладкий перец разрезают на 2 половинки, удаляют семена и нарезают небольшими кубиками.

Одно яблоко очищают от кожицы и сердцевины, разрезают на 2 части, затем нарезают кубиками. Второе не очищенное от кожицы яблоко нарезают тонкими ломтиками для украшения салата. Чеснок очищают и измельчают.

Подготовленные ингредиенты кладут в глубокую посуду, смешивают с пшеничной крупой и измельченной зеленью петрушки.

Полученную массу заправляют растительным маслом, солят, сбрызгивают лимонным соком, тщательно перемешивают.

Готовое блюдо выкладывают в глубокую тарелку, выстеленную листьями салата, украшают ломтиками яблока и подают к столу.

Перец, фаршированный салатом

Ингредиенты:

Перец сладкий красный – 2 шт., огурец – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., рис – 1 ст. ложка, кукуруза консервированная – 1 ст. ложка, майонез – 1 ст. ложка, зелень укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Рис перебирают, промывают, кладут в небольшую кастрюлю, заливают водой, варят на медленном огне до готовности, после чего остужают. Луковицу очищают, разрезают пополам, одну часть шинкуют, другую оставляют для украшения салата. Огурец, не очищая от кожицы, мелко нарезают. Сладкий перец разрезают пополам, удаляют семена.

Нарезанные овощи выкладывают в глубокую миску, смешивают с консервированной кукурузой, отварным рисом, заправляют майонезом, солят и тщательно перемешивают.

Полученным салатом начиняют половинки сладкого перца, украшают зеленью.

Перец выкладывают на тарелку, дно которой выстелено листьями салата, украшают кольцами лука, веточками укропа и подают к столу.

Винегрет «Морской»

Ингредиенты:

Огурцы маринованные – 2 шт., капуста морская – 50 г, морковь – 1–2 шт., свекла – 1 шт., картофель – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Огурцы нарезают кубиками. Морковь отваривают, остужают, очищают и натирают на крупной терке. Лук очищают и шинкуют. Картофель и свеклу кладут в кастрюлю, отваривают на среднем огне, после чего очищают и нарезают кубиками.

Овощи выкладывают в глубокую миску, смешивают с морской капустой, заправляют растительным маслом, солят и тщательно перемешивают.

Винегрет кладут в салатницу, украшают веточками петрушки, укропа и подают к столу.

Салат «Лесная сказка»

Ингредиенты:

Грибы маринованные – 75 г, брусника – 50 г, морковь – 1–2 шт., картофель – 2 шт., огурец свежий – 1 шт., огурец маринованный – 1 шт., перец сладкий красный – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, зелень петрушки, лук зеленый, листья салата, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель отваривают, очищают от кожицы и нарезают кубиками.

Не очищенный от кожицы свежий огурец разрезают вдоль на четыре части, а затем нарезают ломтиками.

Морковь отваривают, очищают и нарезают тонкими кружками. Маринованные грибы и огурец нарезают кубиками. Несколько ломтиков огурца оставляют для украшения салата.

Пучок зеленого лука и листья салата делят на две части, одну оставляют для украшения готового блюда, а другую шинкуют. Красный сладкий перец разрезают пополам, удаляют семена и нарезают кубиками.

Овощи перемешивают, заправляют маслом, солят, перчат.

Салат выкладывают в неглубокую тарелку, украшают ломтиками огурца, зеленью петрушки, листьями салата, брусникой и подают к столу.

Салат «Июльский»

Ингредиенты:

Сыр тертый – 100 г, огурец – 1 шт., помидор – 1 шт., перец сладкий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., брусника, масло растительное – 1–2 ст. ложки, эссенция уксусная – 1 ч. ложка, зелень петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Огурец очищают от кожицы и нарезают кубиками.

Не очищенный от кожицы помидор нарезают кубиками. Перец разрезают пополам, удаляют семена и нарезают кубиками. Лук и зелень петрушки шинкуют. Овощи и зелень выкладывают в глубокую емкость, смешивают с уксусной эссенцией, растительным маслом, солью.

Готовый салат кладут в салатницу, украшают тертым сыром,

брусникой и подают к столу.

Салат из грибов, фасоли и цветной капусты

Ингредиенты:

Фасоль красная консервированная – 100 г, капуста цветная – 50 г, шампиньоны – 30 г, яблоко – 1 шт., яйцо – 1 шт., перец сладкий красный – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, листья салата, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Грибы перебирают, промывают, нарезают. Перец разрезают пополам, удаляют семена, шинкуют соломкой.

Цветную капусту разбирают на соцветия, отваривают и измельчают. Сваренное вкрутую яйцо остужают, очищают, натирают на крупной терке.

Не очищенное от кожицы яблоко нарезают тонкими ломтиками, предварительно удалив сердцевину. Листья салата кладут на дно салатницы, на них выкладывают нарезанные овощи, яйцо, яблоко, консервированную красную фасоль. Ингредиенты перемешивают.

Готовое блюдо заправляют майонезом с добавлением лимонного сока, солят, перчат, украшают нашинкованной зеленью и подают к столу.

Рисовый салат со сладким перцем

Ингредиенты:

Горошек зеленый консервированный – 150 г, рис – 100 г, перец сладкий – 2 шт., яйца – 2 шт., масло растительное – 2–3 ст. ложки, уксус – 1 ст. ложка, зелень петрушки, соль, сахар по вкусу.

Способ приготовления:

Один сладкий перец разрезают пополам, удаляют семена, нарезают соломкой и выкладывают в неглубокую миску, а другой нарезают ломтиками и оставляют для украшения готового блюда. Рис перебирают, промывают, кладут в кастрюлю, отваривают на слабом огне, после чего остужают и добавляют к перцу. Полученную массу смешивают с консервированным зеленым горошком.

В отдельной емкости готовят соус из растительного масла,

уксуса, сахара и соли.

Готовый салат заправляют соусом, выкладывают в салатницу, украшают зеленью, кусочками сладкого перца, сваренными вкрутую и разрезанными на половинки яйцами и подают к столу.

Салат «Веселая карусель»

Ингредиенты:

Капуста белокочанная – 100 г, варенье вишневое без косточек – 50 г, яблоко зеленое – 1 шт., морковь – 1 шт., лимон – 0,5 шт.

Способ приготовления:

Капусту шинкуют и кладут в салатницу. Морковь очищают, нарезают соломкой и добавляют к капусте. Половину лимона очищают, выжимают сок, цедру измельчают. Не очищенное от кожицы яблоко нарезают соломкой, предварительно удалив сердцевину, и добавляют в салат. Ингредиенты перемешивают.

Готовое блюдо смешивают с лимонной цедрой, заправляют вишневым сиропом из варенья, украшают ягодами и подают к столу.

Заправки и соусы

Салатная заправка

Ингредиенты:

Масло растительное – 30 г, уксус 3 %-ный – 1 ч. ложка, сахар, соль и перец или горчица по вкусу.

Способ приготовления:

Растительное масло смешивают с уксусом, сахаром, солью, перцем или горчицей. Этой смесью заправляют салат.

Сметанная заправка

Ингредиенты:

На 100 г салата: желток яичный – 1 шт., сметана – 1 ст. ложка, уксус 3 %-ный – 1 ч. ложка, сахар – 0,5 ч. ложки, соль – 0,5 ч. ложки, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Сметану смешивают с уксусом, сахаром, солью, перцем и желтком сваренного вкрутую яйца.

Полученной смесью заправляют салат и подают готовое блюдо к столу.

Соус «Основной»

Ингредиенты:

На 100 г салата: масло растительное – 1 ст. ложка, уксус 3 %-ный – 1 ч. ложка, сахар – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Растительное масло взбивают с помощью венчика, постепенно подливая уксус. В полученную массу добавляют сахар и соль.

Заправляют соусом салат и подают к столу.

Соус «Чесночный»

Ингредиенты:

На 100 г салата: сметана – 30 г, масло растительное – 2 ч. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, чеснок – 1 долька, сахар – 0,5 ч. ложки, кетчуп – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Чеснок измельчают, смешивают с солью, сахаром, растительным маслом и лимонным соком. В полученную массу вливают взбитую с помощью венчика сметану и кетчуп.

Готовым соусом заправляют салат и подают к столу.

Соус «Сырный»

Ингредиенты:

На 100 г салата: сыр тертый – 50 г, творог – 1 ст. ложка, сметана – 1 ст. ложка, горчица – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Творог тщательно растирают со взбитой сметаной и смешивают с горчицей и сыром.

Готовым соусом заправляют салат и подают к столу.

Соус «Зеленый»

Ингредиенты:

На 100 г салата: кефир или сметана – 30 г, огурец – 0,5 шт., зелень укропа и петрушки, лук зеленый, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Огурец натирают на мелкой терке, смешивают с кефиром или сметаной. В полученную массу добавляют измельченные зелень и зеленый лук, соль.

Готовым соусом заправляют салат и подают к столу.

Первые блюда

Щи

Ингредиенты:

Говядина – 500 г, капуста белокочанная – 500 г, вода – 3–3,5 л, помидоры – 3 шт., морковь – 2 шт., лист лавровый – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., сметана – 4–5 ст. ложек, жир – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, лук зеленый, зелень петрушки и сельдерея, соль, перец душистый горошком по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, кладут в глубокую кастрюлю, заливают холодной водой и варят до готовности.

Морковь и лук очищают, мелко нарезают и обжаривают в жире.

Капусту шинкуют, кладут в готовый бульон, добавляют обжаренные овощи, измельченную зелень лука, петрушки и сельдерея. Щи варят 30–40 мин.

Отдельно готовят заправку из муки, лаврового листа, душистого перца, соли, очищенных от кожицы и измельченных помидоров.

За 2–3 мин до окончания варки заправку добавляют в щи и доводят блюдо до кипения на умеренном огне.

Готовые щи разливают по тарелкам, заправляют сметаной и подают к столу.

Бульон куриный «Острый»

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 500 мл, лук репчатый – 2 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, кориандр – 0,5 ч. ложки, соль, смесь перца красного молотого, куркумы и имбиря – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Тушку курицы разрезают на порционные куски, кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, доводят до кипения, периодически снимая пену. Бульон солят и варят до готовности мяса на медленном огне.

Смесь перца, куркумы и имбиря толкут в ступке, разводят бульоном до густоты сметаны, смешивают с измельченным и спассерованным в растительном масле луком. Полученную смесь кипятят.

Куски курицы кладут в тарелки, заливают бульоном и подают с острым соусом.

Суп-пюре «Ароматный»

Ингредиенты:

Бульон куриный – 700 мл, помидоры – 5 шт., чеснок – 4 дольки, лук репчатый – 2 шт., морковь – 2 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, миндаль тертый – 0,5 ч., кинза в зернах, мята сушеная, шафран, соль, перец красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

В разогретом растительном масле обжаривают измельченный лук, нашинкованные морковь, помидоры и чеснок. Полученную массу соединяют со сливочным маслом и тушат до готовности на среднем огне, протирают через крупное сито.

В кастрюлю с бульоном кладут протертые овощи, добавляют пряности и соль. Суп варят на медленном огне 5 мин.

Готовый суп разливают по тарелкам и подают к столу.

Суп-кулеш

Ингредиенты:

Говядина – 200 г, вода – 1,5 л, картофель – 3 шт., лист лавровый – 3 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., пшено – 4 ст. ложки, масло сливочное – 1,5 ст. ложки, зелень укропа, петрушки, кинзы, соль, перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель, лук и морковь моют, очищают, нарезают кубиками. Мясо режут небольшими кусочками, кладут в кастрюлю, заливают водой и варят до готовности.

Картофель добавляют в кипящий бульон и варят 2–3 мин на слабом огне. Пшено перебирают, промывают, засыпают в суп и варят 5–6 мин.

Морковь и лук обжаривают в сливочном масле, выкладывают

в бульон. Суп перчат, солят, доводят до кипения, добавляют лавровый лист и продолжают варить еще 5–6 мин на слабом огне.

Готовое блюдо подают к столу, украсив рубленой зеленью укропа, петрушки и кинзы.

Ростовская уха

Ингредиенты:

Судак – 600–800 г, вода – 3–4 л, картофель – 6 шт., помидоры – 4 шт., лист лавровый – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., масло топленое – 2 ст. ложки, зелень петрушки, сельдерея и укропа, соль и перец душистый горошком по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу очищают от чешуи, удаляют внутренности, моют, кладут в глубокую кастрюлю, заливают холодной подсоленной водой и варят 30 мин на умеренном огне. Отварную рыбу вынимают, бульон процеживают.

Картофель очищают, нарезают кубиками, лук очищают, шинкуют и выкладывают в глубокую посуду, заливают бульоном, добавляют измельченную зелень петрушки, сельдерея и укропа. Уху варят 20–25 мин.

За 10 мин до окончания варки в бульон добавляют рыбу, вымытые и нарезанные дольками помидоры, лавровый лист, горошины перца и доводят уху до кипения на слабом огне.

Готовую уху разливают по тарелкам, вливают топленое масло и подают к столу.

Рыбная солянка

Ингредиенты:

Рыба – 500 г, вода – 1,5 л, капуста белокочанная – 300 г, мука пшеничная – 250 г, грибы белые – 200 г, масло растительное – 100 г, огурцы соленые – 1–2 шт., лук репчатый – 2 шт., лист лавровый – 1 шт., паста томатная – 3,5 ст. ложки, сметана – 3–4 ст. ложки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу чистят, удаляют внутренности, моют, нарезают порционными кусками, кладут в глубокую кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют соль, лавровый лист и варят 1–1,5 ч

на умеренном огне. Куски рыбы вынимают, бульон процеживают.

Лук очищают, шинкуют, обжаривают в растительном масле, постепенно всыпая муку. В полученную массу вливают рыбный бульон и варят на слабом огне 10–15 мин.

Грибы перебирают, моют, измельчают. Огурцы очищают от кожицы и нарезают кубиками. Капусту шинкуют. Ингредиенты смешивают, добавляют в бульон, солят, перчат и варят до готовности.

Перед подачей к столу в солянку добавляют томатную пасту и куски рыбы. Солянку доводят до кипения, разливают по тарелкам, заправляют сметаной и подают к столу.

Грибной рассольник на курином бульоне

Ингредиенты:

Спинки куриные – 300 г, вода – 1,5 л, грибы соленые – 100 г, репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, соус соевый – 1 ч. ложка, мука пшеничная – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Куриные спинки варят до готовности, постоянно снимая пенку. Бульон процеживают и кладут в него очищенный и нарезанный соломкой картофель и соленые грибы.

Лук и морковь моют и очищают. Мелко нарезанный лук и крупно натертую морковь обжаривают в растительном масле до светло-желтого цвета. Добавляют муку, постоянно помешивая, и соевый соус.

Когда картофель в бульоне сварится, кладут лук с морковью, лавровый лист и соль по вкусу.

Суп из куриного фарша

Ингредиенты:

Фарш куриный вареный – 200 г, бульон мясной – 1 л, миндаль очищенный – 40 г, яйца – 2 шт., хлеб сухой белый натертый – 1 ст. ложка, орех мускатный молотый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

В кастрюлю наливают 1 стакан мясного бульона, кладут фарш и миндаль, перемешивают, взбивают до пастообразного состояния.

В полученную массу добавляют растертые желтки сваренных вкрутую яиц, хлеб, мускатный орех, вливают оставшийся бульон.

Кастрюлю ставят на огонь и доводят смесь до кипения. Перед подачей к столу суп солят и перчат.

Суп-пюре «Царская охота»

Ингредиенты:

Тушка фазана, шампанское – 250 г, сливки – 100 г, масло сливочное – 70 г, яйца – 2 шт., мука пшеничная – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Для бульона: телятина или говядина с костью – 1 кг, вода – 2 л, морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Телятину или говядину моют, кладут в кастрюлю вместе с очищенными кореньями и луком, заливают водой, солят, перчат, доводят до кипения, периодически снимая пену. Бульон варят 2 ч, процеживают.

Мясо отделяют от кости и нарезают кусочками.

Тушку птицы натирают солью и перцем, жарят в сливочном масле до готовности.

Из дичи вынимают кости, мясо пропускают через мясорубку вместе с мясом телятины.

В полученную массу добавляют 2 ст. ложки бульона. Фарш протирают через сито и кладут в бульон.

Муку обжаривают в сливочном масле, смешивают с 3 ст. ложками бульона и добавляют в суп. Яичные желтки взбивают со сливками. Полученную смесь процеживают и вливают в кипящий бульон, постоянно помешивая, чтобы не допустить сворачивания яиц.

При подаче к столу в суп вливают шампанское.

Суп из субпродуктов

Ингредиенты:

Вода – 1 л, субпродукты куриные – 400 г, картофель – 5 шт., пшено – 4 ст. ложки, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., зелень укропа, соль.

Способ приготовления:

Куриные субпродукты кладут в кастрюлю, заливают водой, варят до готовности, периодически снимая пену, и выкладывают в тарелку. Бульон процеживают, остужают, снимают с поверхности жир и вновь кипятят.

Пшено, предварительно вымоченное в воде, промывают и кладут пшено в кипящий бульон. Очищенные и измельченные корень петрушки, морковь и репчатый лук обжаривают в растительном масле, добавляют в суп и варят 30 мин.

За 20 мин до окончания варки в бульон добавляют очищенный и нарезанный кубиками картофель, соль.

Перед подачей к столу субпродукты нарезают небольшими кусочками и кладут в каждую тарелку. Суп украшают измельченной зеленью укропа.

Куриный суп с цветной капустой

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 2 л, горошек зеленый консервированный – 500 г, капуста цветная – 100 г, морковь – 2 шт., зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы режут порционными кусками, кладут в кастрюлю, заливают водой, варят на слабом огне, постоянно снимая пену. Бульон солят, перчат, добавляют очищенную и нарезанную кружками морковь, измельченную цветную капусту и варят 20 мин. За 5 мин до окончания варки в суп кладут зеленый горошек.

При подаче к столу суп украшают измельченной зеленью петрушки.

Лапша домашняя на курином бульоне

Ингредиенты:

Для бульона: тушка курицы, вода – 3 л, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень петрушки.

Для лапши: мука – 250 г, яйцо – 1 шт., вода или молоко, соль.

Способ приготовления:

Подготовленную тушку курицы режут порционными кусками, кладут в кастрюлю, добавляют очищенные и измельченные лук и

нашинкованную морковь, заливают водой и варят до готовности на слабом огне, периодически снимая пену.

Из муки, яйца, соли, воды или молока замешивают крутое тесто, раскатывают его в тонкий пласт, посыпают мукой и нарезают полосками шириной 6 см. Полоски кладут друг на друга в 5–6 слоев и шинкуют.

Лапшу кладут на решето, сушат, засыпают в кипящий куриный бульон и варят 20 мин.

Готовый суп посыпают измельченной зеленью петрушки.

Суп из потрохов гуся

Ингредиенты:

Рассол капустный – 1 л, потроха гуся – 400 г, рис – 400 г, картофель – 10 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 2 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., сметана – 4 ст. ложки, зелень укропа, соль и перец красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Потроха тщательно промывают и варят в подсоленной воде.

В кипящий бульон кладут очищенные и нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, корни сельдерея и петрушки, предварительно промытый рис и очищенный и нарезанный кубиками картофель, соль.

Бульон варят 15 мин. За 5 мин до окончания варки в суп вливают процеженный капустный рассол.

При подаче к столу суп доводят до кипения, заправляют красным перцем, сметаной и посыпают измельченной зеленью укропа.

Суп с клецками

Ингредиенты:

Бульон куриный – 2 л, мясо куриное вареное – 300 г, мука пшеничная – 100 г, вода – 100 г, масло растительное – 50 г, яйца – 3 шт., зелень укропа и петрушки, соль и перец красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Воду вливают в кастрюлю, добавляют масло, соль и муку. Смесь кипятят, снимают с огня, охлаждают, смешивают со взбитыми венчиком 2 яйцами. Вареное куриное мясо пропускают

через мясорубку, добавляют оставшееся яйцо, взбитое венчиком. Заварное тесто делят на 2 части.

Одну половину смешивают с измельченной зеленью укропа, другую – с молотым красным перцем.

Клецки кладут в кипящий бульон чайной ложкой.

При подаче к столу украшают измельченной зеленью петрушки.

Суп из утки с грибами

Ингредиенты:

Тушка утки, вода – 2 л, сметана – 200 г, крупа перловая – 100 г, корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., грибы сушеные – 3 шт., сок лимонный – 2 ст. ложки, лист лавровый, зелень петрушки, соль и перец черный молотый и душистый по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку утки кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, добавляют измельченные корни петрушки и сельдерея, сушеные грибы, душистый перец, лавровый лист, промытую крупу и варят до готовности.

Бульон смешивают со сметаной и лимонным соком и кипятят. При подаче к столу суп солят, перчат, посыпают измельченной зеленью петрушки.

Рассольник «Столичный»

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 2 л, рассол огуречный – 100 г, масло растительное – 50 г, лук репчатый – 4 шт., корень петрушки – 3 шт., огурцы соленые – 2 шт., морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., яйцо – 1 шт., зелень щавеля, салата, шпината, укропа, мука пшеничная – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы кладут в кастрюлю, заливают водой, доводят до кипения, периодически снимая пену, и варят до готовности.

Бульон процеживают, курицу охлаждают и разрезают на порционные куски. Очищенные лук и коренья шинкуют, подготовленную морковь натирают на крупной терке. Ингредиенты смешивают и обжаривают в растительном масле.

Муку просеивают и смешивают с яйцом. В кипящий бульон кладут обжаренные овощи, измельченные соленые огурцы и варят рассольник 7 мин.

В рассольник добавляют нарезанные листья щавеля, салата и шпината, перец и соль, вливают огуречный рассол. Бульон варят на слабом огне 30–35 мин.

При подаче к столу в каждую тарелку кладут кусок вареной курицы. Блюдо украшают измельченной зеленью укропа и подают к столу с соусом из муки и яйца.

Куриный бульон с блинчиками

Ингредиенты:

Тушка цыпленка, вода – 1,5–2 л, молоко – 600 г, мука – 250 г, масло сливочное – 50 г, лук репчатый – 2 шт., яйцо – 1 шт., морковь – 1 шт., сахар – 1 ст. ложка, масло растительное – 1 ч. ложка, зелень укропа и петрушки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленную курицу кладут в кастрюлю, заливают водой, доводят до кипения и варят до готовности, периодически снимая пену, вместе с целой очищенной луковицей и нашинкованной морковью.

Курицу охлаждают, мясо отделяют от костей, пропускают через мясорубку вместе с луком. Готовый фарш солят и перчат.

Для приготовления блинчиков в молоко добавляют сахар, соль, просеянную пшеничную муку, яичный желток. Полученную массу смешивают с растительным маслом и взбитым в пену яичным белком. Блинчики выпекают на раскаленной сковороде.

На каждый блинчик кладут куриный фарш, заворачивают конвертом и обжаривают с двух сторон в сливочном масле. При подаче к столу бульон разливают в чашки, посыпают измельченной зеленью укропа и петрушки.

Суп крестьянский

Ингредиенты:

Бульон куриный – 750 г, сливки – 100 г, сыр – 30 г, помидоры маринованные – 6 шт., хлеб черствый ржаной – 4 ломтика, белки яичные – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 долька, масло топленое – 1 ст. ложка, зелень

базилика, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриный бульон кипятят, добавляют немного измельченного базилика и тертого сыра. Лук и чеснок очищают, шинкуют, слегка обжаривают в топленом масле, добавляют ломтики хлеба и кусочки помидоров. Ингредиенты кладут в кастрюлю с бульоном и варят 15 мин.

Яичные белки солят, взбивают венчиком, смешивают с оставшимся измельченным базиликом и тертым сыром. Полученную смесь опускают в кипящий куриный бульон и варят 5 мин.

Готовый суп солят, перчат, соединяют со сливками и подают к столу.

Борщ по-украински

Ингредиенты:

Тушка цыпленка, вода – 2 л, капуста белокочанная – 600 г, масло сливочное – 70 г, картофель – 5 шт., лук репчатый – 2 шт., свекла – 1 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., чеснок – 1 долька, паста томатная – 5 ст. ложек, сметана – 2 ст. ложки, уксус – 3 ч. ложки, зелень укропа и петрушки, соль, перец душистый и черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы кладут в кастрюлю, заливают водой, доводят до кипения, снимают пену и варят до готовности на умеренном огне.

Курицу остужают, отделяют мясо от костей и выкладывают в сковороду. Сверху кладут очищенную и нарезанную соломкой свеклу. Ингредиенты солят, перчат, сбрызгивают уксусом и тушат 20 мин на медленном огне, не накрывая емкости крышкой.

За 5 мин до готовности добавляют томатную пасту, нашинкованные и спасерованные на сливочном масле лук, морковь и корень петрушки.

Содержимое сковороды перекладывают в кастрюлю, заливают куриным бульоном, накрывают емкость крышкой и ставят в холодильник на 1 ч. Картофель очищают, нарезают кубиками, капусту шинкуют. Овощи кладут в бульон вместе с лавровым листом и варят до готовности.

В готовый борщ добавляют измельченный чеснок.

При подаче к столу в каждую тарелку кладут сметану и

измельченную зелень укропа и петрушки.

Вторые блюда

Курица в горшочке

Ингредиенты:

Бульон мясной – 500 мл, грудки куриные – 300 г, рис – 150 г, шампиньоны – 100 г, сыр – 50 г, перец сладкий желтый – 1 шт., помидор – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 долька, горошек зеленый консервированный – 2 ст. ложки, карри, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Шампиньоны и перец нарезают полосками, помидоры моют и натирают на крупной терке. Лук и чеснок очищают и измельчают. На дно горшка выкладывают предварительно промытый рис, слоями выкладывают овощи, в середину кладут несколько кусков куриного филе. Ингредиенты солят, перчат, добавляют карри и консервированный зеленый горошек, тертый сыр, заливают бульоном и накрывают емкость крышкой.

Горшочки ставят в предварительно разогретую духовку и тушат 40–50 мин.

Цыпленок в глине

Ингредиенты:

Тушка цыпленка – 1 шт., потроха куриные – 100 г, печень куриная – 100 г, рис – 100 г, майонез – 50 г, масло сливочное – 30 г, лист лавровый – 2 шт., перец сладкий – 2 шт., помидор – 1 шт., зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку цыпленка начиняют фаршем из нашинкованных овощей, риса, нарезанных кусочками куриных потрохов и печени, измельченной зелени укропа, соли и перца.

Надрез зашивают нитками, цыпленка смазывают майонезом, заворачивают в пергаментную бумагу и обмазывают глиной.

Цыпленка в глине запекают в предварительно разогретой духовке. Когда глина станет твердой, цыпленка вынимают, остужают, панцирь из глины разбивают, пергамент разворачивают.

При подаче к столу цыпленка выкладывают на блюдо, смазывают сливочным маслом и посыпают измельченной зеленью петрушки.

Голубцы с куриным мясом

Ингредиенты:

Капуста белокочанная – 500 г, вода – 500 мл, филе куриное – 300 г, рис – 200 г, жир куриный – 100 г, морковь – 3 шт., лук репчатый – 3 шт., чеснок – 3 дольки, перец сладкий – 2 шт., помидоры – 2 шт., масло растительное – 5 ст. ложек, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Из кочана капусты удаляют сердцевину, кладут его в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Через 10 мин с кочана снимают верхние листья, срезают толстый стебель и оставляют остывать. Таким образом обрабатывают все капустные листья. Для приготовления фарша куриное мясо и жир пропускают через мясорубку. Рис отваривают в подсоленной воде и добавляют к мясному фаршу. Массу солят и перчат.

На каждый лист кладут 2–3 ст. ложки фарша и заворачивают. На сковороде разогревают растительное масло и поджаривают голубцы с обеих сторон.

В кастрюлю кладут нашинкованную морковь, сладкий перец, измельченные лук и чеснок, натертые помидоры, голубцы, заливают капустным отваром и добавляют соль и перец.

Емкость накрывают крышкой и тушат в течение 45 мин на маленьком огне. Перед подачей к столу голубцы посыпают измельченной зеленью укропа и петрушки.

Курица с овощами «Фантазия»

Ингредиенты:

Мясо куриное – 1 кг, помидоры маринованные – 500 г, баклажаны – 8 шт., чеснок – 3 дольки, лук репчатый – 3 шт., кабачки – 2 шт., лимон – 1 шт., масло оливковое – 3 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лимон измельчают, не очищая от кожуры, и смешивают с 2 дольками очищенного и толченого чеснока. Полученной массой

начиняют куски курицы с надрезанной в нескольких местах кожицей и оставляют на 3 ч.

Кабачки и баклажаны очищают от кожуры, нарезают кубиками, а подготовленный сладкий перец – тонкой соломкой. Овощи обжаривают в растительном масле, добавляют измельченный лук, толченый чеснок, нарезанные помидоры, соль, перец. Массу тушат 10 мин, постоянно помешивая.

Маринованные куски курицы обжаривают с обеих сторон на решетке гриля до золотистой корочки. Курицу подают к столу вместе с тушеными овощами.

Гусь «Хмельной»

Ингредиенты:

Тушка гуся, свекла – 500 г, вино красное – 200 г, вода – 200 г, фасоль белая – 100 г, ягоды можжевельника – 4 шт., лист лавровый – 2 шт., масло топленое – 1 ст. ложка, лук репчатый – 1 шт., сметана – 5 ст. ложек, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Вино размешивают со стаканом воды, добавляют лавровый лист и ягоды можжевельника. В маринаде замачивают фасоль на 10 ч. Гусиную тушку делят на порционные куски и обжаривают в разогретом на сковороде топленом масле.

Обжаренные куски мяса выкладывают на тарелку, в сковороде пассеруют очищенную и нашинкованную свеклу и нарезанный кубиками лук. К овощам добавляют фасоль с маринадом, соль, перец и гусиное мясо.

Гуся тушат 50 мин на медленном огне, накрыв емкость крышкой. Ягоды можжевельника и лавровый лист вынимают, готовое блюдо выкладывают на тарелки, поливают сметаной и посыпают измельченной зеленью укропа.

Фаршированный картофель «Вкусные дольки»

Ингредиенты:

Вода – 500 мл, фарш куриный – 200 г, сало – 100 г, картофель – 8 шт., чеснок – 1 долька, перец сладкий – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сливки – 3 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, сыр тертый – 2 ст. ложки,

тмин – 1 ч. ложка, тимьян – 1 ч. ложка, соль и перец по вкусу.

Ингредиенты:

Картофель отваривают в соленой воде с добавлением тмина, очищают от кожуры, разрезают на половинки, чайной ложкой удаляют сердцевину, перетирают ее со сливками и куриным фаршем.

Чеснок, сладкий перец и лук очищают и измельчают. Сало, нарезанное кубиками, растапливают в сковороде, вливают растительное масло, добавляют куриный фарш и нашинкованные овощи. Ингредиенты приправляют солью, тимьяном, перцем и жарят 5 мин.

Половинки картофеля начиняют фаршем, посыпают тертым сыром, выкладывают на противень, предварительно смазанный маслом, и запекают в духовке 20 мин.

Цыпленок, тушенный с яблоками

Ингредиенты:

Тушка цыпленка, бульон мясной – 200 г, масло сливочное – 50 г, яблоки – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., соус томатный острый – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Луковицу, предварительно очищенную и выдержанную в холодной воде, нарезают полукольцами и обжаривают в сливочном масле. Добавляют просеянную муку, томатный соус, мясной бульон, соль и перец и тушат 5 мин.

Тушку цыпленка делят на 2 части вдоль хребта, смазывают сливочным маслом и раскладывают на противне. Яблоки моют, разрезают на 4–6 частей и выкладывают вокруг цыпленка.

Цыпленка запекают в предварительно разогретой духовке до образования корочки, затем заливают его луковым соусом и тушат еще 20 мин.

Куриные потроха, тушенные с грибами и капустой

Ингредиенты:

Потроха куриные – 300 г, бульон куриный – 250 мл,

капуста белокочанная – 200 г, шампиньоны – 100 г, лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 4 ст. ложки, масло топленое – 3 ст. ложки, соус соевый – 3 ст. ложки, вино белое – 1 ст. ложка, крахмал – 1 ст. ложка, сахар – 1 ч. ложка, зелень петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленные куриные потроха и грибы нарезают соломкой, смешивают с вином и крахмалом и жарят до готовности в разогретом топленом масле.

В отдельной посуде в раскаленном растительном масле обжаривают шинкованную капусту и очищенный и измельченный лук. Добавляют потроха с грибами, вливают бульон, соевый соус, кладут сахар и соль, тушат блюдо 3–5 мин.

При подаче к столу блюдо украшают измельченной зеленью петрушки.

Тушеная утка

Ингредиенты:

Тушка утки, вода – 2 л, лук репчатый – 4 шт., чеснок – 2 дольки, лист лавровый – 1 шт., лимон – 1 шт., водка – 1 ст. ложка, куркума – 0,5 ч. ложки, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук и чеснок очищают. Тушку утки начиняют измельченной зеленью укропа и петрушки, толченым чесноком, куркумой, нарезанным кольцами луком, лавровым листом, цедрой лимона, натирают перцем, солью, сбрызгивают водкой и оставляют на 24 ч.

Затем утку заливают водой и отваривают на среднем огне, периодически снимая пену, перекладывают в другую кастрюлю, добавляют 250 мл горячего бульона и тушат на слабом огне до готовности 10–15 мин.

Куриное рагу с маринованными овощами

Ингредиенты:

Маринованные в растительном масле баклажаны, цуккини, помидоры, болгарский перец – 500 г, филе курицы – 400 г, куриный бульон – 250 мл, сок лимонный – 3 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, листья

шалфея или базилика, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленное филе курицы нарезают кусочками. Маринованные овощи откидывают на сито.

Куриное филе обжаривают в растительном масле до образования корочки.

К курице добавляют листья шалфея или базилика, лимонный сок, куриный бульон и овощи. Блюдо солят, перчат и тушат 10–15 мин.

Солянка «Московская»

Ингредиенты:

Колбаса сырокопченая – 250 г, шампиньоны – 200 г, капуста кислая – 100 г, ягоды можжевельника – 15 шт., ветчина – 4 ломтика, лук репчатый – 1 шт., чеснок – 1 долька, огурец – 1 шт., жир – 5 ст. ложек, зелень укропа, соль, перец черный душистый и молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Капусту промывают, отжимают, смешивают с предварительно очищенным и обжаренным в жире луком и тушат 30 мин на слабом огне, постоянно помешивая.

Грибы перебирают, моют, измельчают, солят, добавляют очищенный и измельченный чеснок и тушат до готовности.

Огнеупорную посуду смазывают жиром, выкладывают в нее капусту, сверху – тонко нарезанные ломтики ветчины и колбасы. Закрывают слой тушеными шампиньонами, ягодами можжевельника и измельченным огурцом. Затем блюдо посыпают рубленым укропом, душистым перцем и сбрызгивают растопленным жиром.

Солянку накрывают крышкой и запекают в предварительно нагретой духовке 20 мин.

Готовое блюдо перчат и подают к столу.

Картофель, запеченный с грибами

Ингредиенты:

Грибы – 200 г, картофель – 4 шт., лук репчатый – 2 шт., сметана – 4 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук очищают, шинкуют. Очищенный картофель нарезают кубиками. Грибы перебирают, промывают, обжаривают с луком на растительном масле, затем добавляют сметану и тушат 5–10 мин.

В сковороду кладут картофель, сверху выкладывают тушенные в сметане грибы, солят, перчат, запекают в предварительно разогретой духовке 10–15 мин.

Готовое блюдо подают к столу, посыпав зеленью укропа.

Картофель, жаренный с огурцом

Ингредиенты:

Картофель – 3 шт., огурец – 1 шт., масло растительное – 5 ст. ложек, мука – 2 ст. ложки, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель очищают, промывают, нарезают тонкими кружками, солят, перчат, обжаривают в растительном масле. Огурец нарезают кружками, не очищая от кожицы, обмакивают в растительное масло, панируют в муке, обжаривают.

Картофель и огурцы выкладывают слоями в посуду с толстыми стенками и тушат в предварительно разогретой духовке 4–5 мин.

Готовое блюдо посыпают мелко нарезанной зеленью укропа и подают к столу.

Котлеты капустные

Ингредиенты:

Капуста белокочанная – 200 г, яблоко – 1 шт., яйцо – 1 шт., сухари панировочные – 2 ст. ложки, крупа манная – 2 ст. ложки, масло сливочное – 1,5 ст. ложки, масло растительное – 2,5 ст. ложки, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Яблоко очищают, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками, капусту шинкуют. Ингредиенты выкладывают в сковороду с растопленным сливочным маслом и тушат 15–20 мин. Затем в массу добавляют манную крупу и продолжают тушить еще 15 мин, постоянно помешивая.

Готовую капустную массу смешивают с яйцом, перчат, солят,

тщательно перемешивают, формуют котлеты, панируют их в сухарях и обжаривают в растительном масле.

Готовое блюдо посыпают измельченной зеленью укропа и подают к столу.

Мясные биточки с рисом

Ингредиенты:

Говядина – 160 г, свинина – 160 г, рис отварной – 250 г, масло растительное – 100 г, яйцо – 1 шт., морковь – 1 шт., огурец – 1 шт., помидор – 1 шт., молоко – 2,5 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, отделенную от костей мякоть пропускают через мясорубку. В полученный фарш добавляют соль, перец, яйцо. Морковь очищают, натирают на мелкой терке, обжаривают в растительном масле, постепенно добавляя муку и вливая молоко.

Все тщательно перемешивают и тушат на слабом огне 2–3 мин.

Из фарша формуют биточки, обжаривают с двух сторон в растительном масле до румяной корочки, перекладывают в соус и тушат в предварительно разогретой духовке до готовности.

Готовое блюдо украшают нарезанными кружками помидором и огурцом и подают к столу с отварным рисом, посыпанным рубленой зеленью укропа.

Капуста тушеная

Ингредиенты:

Капуста белокочанная – 500 г, бульон мясной – 250 мл, лист лавровый – 2 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, паста томатная – 2 ст. ложки, зелень укропа, соль и перец и по вкусу.

Способ приготовления:

Морковь и лук очищают, нарезают соломкой. Капусту шинкуют, выкладывают в глубокую сковороду, заливают бульоном и тушат на слабом огне, периодически помешивая.

Через 5–10 мин добавляют томатную пасту и продолжают тушить еще 10–15 мин. Лук и морковь отдельно обжаривают в

растительном масле и смешивают с капустой. Блюдо солят, перчат, добавляют лавровый лист и тушат еще 5–7 мин.

Готовую тушеную капусту посыпают мелко нарезанной зеленью укропа и подают к столу.

Голубцы

Ингредиенты:

Филе говядины – 2,5 кг, вода – 1 л, капуста белокочанная – 400 г, сливки – 250 г, рис – 250 г, лук репчатый – 1 шт., паста томатная – 2 ст. ложки, лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук очищают, разрезают на 4 части. Из кочана вырезают кочерыжку и бланшируют капусту 2–3 мин в кипятке, после чего отделяют листья. Прикорневые утолщения на листьях срезают.

Мясо пропускают через мясорубку вместе с луком.

Полученный фарш смешивают с рисом, солью, перцем и выкладывают на листья из расчета 1,5–2 ст. ложки на 1 голубец. Капустные листья сворачивают конвертом.

Голубцы укладывают рядами в кастрюлю, заливают смесью сливок и томатной пасты, солят и тушат до готовности на медленном огне 30–40 мин.

Готовое блюдо посыпают рубленым зеленым луком и подают к столу.

Котлеты «Пожарские»

Ингредиенты:

Филе куриное – 350 г, филе говяжье – 150 г, сухари панировочные – 100 г, сметана – 100 г, горошек зеленый консервированный – 100 г, картофель – 4 шт., яйцо – 1 шт., масло сливочное или маргарин – 4 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное и говяжье филе пропускают через мясорубку. В полученный фарш добавляют соль, перец, сметану, яйца, формуют котлеты и в середину каждой кладут по кусочку масла или маргарина. Котлеты панируют в сухарях и поджаривают с двух сторон в сливочном масле или маргарине до румяной корочки. Картофель очищают, моют, нарезают дольками и

обжаривают.

Котлеты и картофель выкладывают в тарелку, посыпают горошком и подают к столу.

Сибирские пельмени

Ингредиенты:

Для теста: мука пшеничная – 500 г, вода – 300 мл, яйцо – 1 шт., соль.

Для фарша: говядина – 200 г, свинина – 200 г, лук репчатый – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Для заправки: сметана – 100 г.

Способ приготовления:

Мясо промывают, отделенную от костей мякоть пропускают через мясорубку вместе с очищенным луком. В полученный фарш добавляют соль и перец.

Из муки, яйца, соли и воды замешивают тесто, раскатывают его в тонкий пласт и вырезают кружки. В середину каждого кружка кладут 1–1,5 ч. ложки мясного фарша. Края пельменей соединяют.

Пельмени кладут в кипящую воду и варят 5–6 мин.

Готовое блюдо заправляют сметаной и подают к столу.

Пельмени мясные

Ингредиенты:

Вода – 1 л, мука пшеничная – 500 г, филе говядины – 200 г, филе свинины – 200 г, лук репчатый – 1 шт., яйцо – 1 шт., лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук очищают, разрезают на 4 части и пропускают через мясорубку с нарезанным кусочками мясом. Полученный фарш солят, перчат и перемешивают.

В глубокой посуде замешивают крутое тесто из муки, яйца, 2,5 ст. ложек воды и соли.

Затем тесто раскатывают в тонкий пласт, вырезают кружочки, выкладывают на каждый из них по 1–1,5 ч. ложки фарша, формуют пельмени и варят их в кипящей соленой воде 10–12 мин.

Готовое блюдо посыпают мелко нарезанным зеленым луком и подают к столу.

Бефстроганов

Ингредиенты:

Филе говядины – 320 г, сметана – 150 г, картофель – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, паста томатная – 1–2 ст. ложки, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Филе говядины нарезают тонкими ломтиками, отбивают, нарезают полосками, солят, перчат и обжаривают в масле на предварительно разогретой сковороде.

Отдельно готовят соус из сметаны, муки, 1 ст. ложки масла и поливают им обжаренные ломтики мяса. Лук чистят, шинкуют, обжаривают в масле вместе с томатной пастой и добавляют к мясу. Картофель очищают, нарезают кружками и обжаривают.

Готовое мясо и картофель выкладывают в тарелки, посыпают измельченной зеленью петрушки и укропа и подают к столу.

Вареники с печенью

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 600 г, печень говяжья – 200 г, вода – 50 г, масло растительное – 2,5 ст. ложки, масло сливочное – 3,5 ст. ложки, морковь – 2 шт., яйцо – 1 шт., лавровый лист – 1 шт., лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Печень моют, нарезают небольшими кусочками, обжаривают в растительном масле. Затем добавляют очищенную, натертую на терке морковь, перец, соль и продолжают жарить еще 3–4 мин.

Из муки, яйца и воды замешивают крутое тесто, раскатывают его в пласт, вырезают кружочки и выкладывают на каждый из них обжаренную с печенью морковь. Сформованные вареники варят в подсоленной воде с лавровым листом в течение 8–10 мин.

Готовое блюдо подают к столу, полив растопленным сливочным маслом и посыпав рубленым зеленым луком.

Лапша с печенью

Ингредиенты:

Печень говяжья – 200 г, лапша – 150 г, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., яйцо – 1 шт., сухари панировочные – 3 ст. ложки, масло сливочное – 3 ст. ложки, зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Печень нарезают кубиками, солят, перчат, жарят в сливочном масле 4–5 мин с измельченными луком и морковью.

Лапшу отваривают, добавляют сливочное масло, яйцо и перемешивают. Одну часть отварной лапши выкладывают в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму для выпекания. Сверху кладут печень, покрывают ее другой частью лапши и запекают в предварительно разогретой духовке 5–8 мин.

Готовое блюдо посыпают нашинкованной зеленью и подают к столу.

Рулет из говядины

Ингредиенты:

Вырезка говяжья – 600 г, бульон говяжий – 500 мл, грибы свежие – 150 г, сыр – 100 г, помидоры – 2 шт., листья лавровые – 3 шт., морковь – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, зелень укропа и петрушки, соль и перец душистый и черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Вырезку нарезают пластами поперек волокон и отбивают. Сыр натирают на крупной терке, грибы обжаривают в растительном масле. Мясо выкладывают в форме прямоугольника, солят, перчат, кладут сверху грибы, сыр, нарезанные кружочками помидоры.

Вырезку сворачивают в рулет, укладывают в кастрюлю с говяжьим бульоном, добавляют тертую морковь, лавровые листья, перец горошком, часть нашинкованной зелени, соль и варят на слабом огне 35–40 мин.

Готовый рулет нарезают кусочками, посыпают зеленью и подают к столу.

Поджарка из свинины с яблоками

Ингредиенты:

Филе свинины – 250 г, лук репчатый – 1 шт., яблоко

– 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо нарезают небольшими кусочками и обжаривают в растительном масле. Яблоко очищают, удаляют сердцевину. Лук шинкуют, обжаривают с нарезанным кусочками яблоком на растительном масле, добавляют к мясу, солят, перчат, тушат на слабом огне.

Готовое блюдо подают к столу, украсив нашинкованной зеленью петрушки.

Гусь под грибным соусом

Ингредиенты:

Тушка гуся, сметана – 300 г, мука – 100 г, масло сливочное – 70 г, грибы белые – 100 г, морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., лук зеленый, зелень петрушки и укропа, соль и перец душистый по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку гуся разрезают на порционные куски. Мясо укладывают в кастрюлю с нашинкованным коренем петрушки и морковью, солью и перцем. Ингредиенты заливают водой, добавляют измельченные грибы и варят до готовности.

Для приготовления соуса размягченное сливочное масло смешивают с мукой, разводят готовым бульоном, добавляют вареные грибы, лавровый лист, сметану и доводят соус до кипения на медленном огне, постоянно помешивая.

Гуся подают к столу, полив грибным соусом и посыпав измельченной зеленью петрушки и укропа.

Гусь на вертеле

Ингредиенты:

Тушка гуся, яблоки кислые – 700 г, молоко – 100 г, соус томатный – 50 г, хлеб – 4 ломтика, лук репчатый – 1 шт., листья шалфея, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Для приготовления фарша яблоки и хлеб измельчают. Нарезанный лук и шалфей варят в небольшом количестве воды и

откидывают на сито.

Полученную массу смешивают с хлебом и яблоками, солят, перчат, добавляют молоко.

Тушку гуся промывают, натирают солью и перцем, начиняют фаршем и зашивают разрез. Тушку насаживают на вертел и закрепляют. Возле ножек и крыльев птицу прокалывают вилкой.

Гуся жарят на вертеле, периодически поворачивая, до румяной корочки. Под вертел ставят кастрюлю, тушку смазывают стекающим жиром.

Гуся подают к столу с томатным соусом.

Курица на вертеле

Ингредиенты:

Тушка курицы, масло топленое – 100 г, мука – 100 г, сухари толченые – 50 г, соус томатный – 50 г, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Курицу насаживают на вертел, закрепляют, натирают солью и растопленным топленым маслом.

Жарят птицу, поворачивая вертел и смазывая стекающим жиром, до румяной корочки. Готовую курицу посыпают просеянной мукой, сбрызгивают жиром и посыпают толчеными сухарями.

Курицу на вертеле подают к столу с томатным соусом.

Курица под горчичным соусом

Ингредиенты:

Тушка курицы, бульон куриный – 250 мл, сметана – 100 г, желтки яичные – 2 шт., масло оливковое – 1 ст. ложка, мука – 1 ч. ложка, горчица – 1 ч. ложка, масло сливочное – 1 ч. ложка, уксус – 1 ч. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы разрезают на порционные куски, натирают солью и оливковым маслом и запекают в духовке, поливая выделяющимся в процессе жаренья соком.

Из масла и муки готовят поджарку для соуса, разводят ее куриным бульоном, добавляют уксус, сметану и горчицу. Смесь тщательно перемешивают и кипятят.

Небольшое количество полученного соуса смешивают с яичными желтками и добавляют к остальному соусу. Смесь варят на медленном огне до загустения, солят и перчат.

Полученным соусом поливают готовую курицу.

Жареный петух

Ингредиенты:

Тушка петуха, сухари панировочные – 200 г, масло топленое – 150 г, яйца – 2 шт., мука – 2 ст. ложки, зелень петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку петуха делят на 4 части, натирают солью, обваливают в смеси из муки, взбитых яиц и панировочных сухарей. Мясо обжаривают в масле 15 мин. Готовое блюдо украшают измельченной зеленью петрушки.

Гусиные потроха с соусом

Ингредиенты:

Печень, сердце, очищенные

желудки гуся – 500 г, масло топленое – 1,5 ст. ложки, лук репчатый – 3 шт., морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., уксус – 1,5 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, сахар – 1 ст. ложка, лист лавровый – 1 шт., лук зеленый, гвоздика, соль и перец душистый по вкусу.

Способ приготовления:

Гусиные потроха заливают водой, добавляют измельченный корень петрушки, нашинкованную морковь и обжаренный в топленом масле измельченный лук.

Потроха варят до готовности, откидывают на сито. Бульон процеживают, остужают до комнатной температуры и смешивают с уксусом, перцем, сахаром, лавровым листом, гвоздикой, солью. Смесь ставят на огонь, помешивая, доводят до кипения и остужают.

Муку обжаривают в топленом масле, разводят в небольшом количестве бульона, тщательно перемешивают и вливают в оставшийся бульон. Соус кипятят и поливают им готовые гусиные потроха. При подаче к столу блюдо украшают измельченным зеленым луком.

Фаршированная дикая утка

Ингредиенты:

Тушка утки, вода – 1–1,5 л, масло сливочное – 200 г, бекон – 100 г, печень утиная – 30 г, мука – 2 ст. ложки, зелень петрушки, лук зеленый, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку утки кладут в жаровню, заливают кипятком и ставят в духовку на 10–15 мин.

Для приготовления фарша утиную печень пропускают через мясорубку, добавляют измельченную зелень петрушки, 100 г размягченного сливочного масла и соль.

Дичь начиняют фаршем, смазывают оставшимся растопленным сливочным маслом, кладут в жаровню спинкой вниз, накрывают грудку беконом.

Птицу жарят в духовке, периодически поливая выделяющимся соком. За 10 мин до готовности бекон убирают, птицу посыпают мукой и поливают соком.

При подаче к столу утку украшают измельченным зеленым луком.

Жаркое из цыплят

Ингредиенты:

2 тушки цыпленка, вино белое сухое – 250 мл, масло сливочное – 120 г, сухари панировочные – 100 г, сливки – 100 г,

коньяк – 4 ст. ложки, чеснок – 3 дольки, лук репчатый – 2 шт., желтки яичные – 2 шт., лист лавровый – 1 шт., зелень петрушки, базилика и чабреца, лук зеленый, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Крылышки и ножки цыплят связывают крепкими нитками. В чугунную жаровню наливают вино, кладут 100 г растопленного сливочного масла, перец, соль, измельченную зелень петрушки, чабреца и базилика, лавровый лист, нашинкованный лук, толченый чеснок.

Сверху кладут тушки цыплят. Жаровню ставят на медленный огонь. Во время жаренья цыплят периодически поливают выделившимся соком.

Цыплят вынимают из жаровни, убирают нитки. Жаркое

остужают, смазывают яичными желтками, панируют в сухарях, поливают растопленным сливочным маслом, кладут в жаровню и запекают в предварительно разогретой духовке до румяной корочки.

Для приготовления соуса процеживают сок, в котором жарились цыплята, разогревают его, не доводя до кипения, смешивают со сливками и коньяком.

При подаче к столу блюдо украшают измельченным зеленым луком.

Паштет печеночный

Ингредиенты:

Печень говяжья – 300 г, свинина – 100 г, сало свиное – 50 г, лук репчатый – 2 шт., яйца – 2 шт., морковь – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Печень промывают под проточной водой, нарезают кусками, обваливают в муке и обжаривают в растительном масле вместе с измельченным луком.

Мясо, сало, морковь и лук мелко нарезают, кладут в кастрюлю, заливают холодной водой и тушат до готовности мяса. Отваренные продукты, кроме сала, пропускают через мясорубку. Яйца растирают с солью и перцем, сало нарезают мелкими кусочками. Соединяют все компоненты, добавляют мясной бульон и тщательно перемешивают.

Цыплята с грибами

Ингредиенты:

2 тушки цыпленка, вино белое сухое – 250 мл, грибы белые или шампиньоны – 250 г, мука – 100 г, маслины зеленые без косточек – 50 г, помидоры – 5–6 шт., чеснок – 2 дольки, коньяк – 3 ст. ложки, масло оливковое – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, зелень петрушки, майоран, лист лавровый – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушки цыплят нарезают порционными кусками, обваливают в муке, смешанной с солью и перцем.

В глубокой жаровне растапливают сливочное масло,

добавляют оливковое масло, кладут куски мяса и обжаривают их со всех сторон.

Очищенные от кожицы и нарезанные помидоры, толченый чеснок, лавровый лист, майоран кладут в жаровню, вливают коньяк и вино. Емкость накрывают крышкой и держат на медленном огне 25 мин.

Затем добавляют нарезанные грибы, маслины, тщательно перемешивают и тушат еще 20 мин.

Готовое блюдо посыпают измельченной зеленью петрушки.

Боярская курица

Ингредиенты:

Тушка курицы, рис – 200 г, печень куриная отварная – 100 г, шампиньоны – 100 г, масло сливочное – 2 ст. ложки, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы промывают, натирают солью и перцем, фаршируют предварительно сваренным рисом, измельченной куриной печенью, отварными шампиньонами, нашинкованной зеленью петрушки и укропа.

Разрез сшивают и жарят птицу на противне в предварительно разогретой духовке, периодически переворачивая и поливая выделяющимся соком.

При подаче к столу курицу поливают растопленным сливочным маслом.

Цыплята по-деревенски

Ингредиенты:

Тушка цыпленка, вода – 1 л, сметана – 250 г, картофель – 5 шт., листья лавровые – 2 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, мука – 1 ст. ложка, масло топленое – 1 ст. ложка, зелень укропа, соль и перец черный душистый по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку цыпленка на 5 мин заливают подсоленным кипятком, остужают, нарезают порционными кусочками, кладут в горшочек, заливают сметаной, добавляют лавровые листья, перец, соль и тушат на среднем огне.

Картофель очищают, нарезают соломкой, обжаривают в

разогретом топленом масле, перекладывают в горшочек с цыпленком, добавляют сливочное масло, смешанное с мукой, и тушат до готовности на медленном огне.

Готовое блюдо украшают измельченной зеленью укропа.

Гусь с квашеной капустой

Ингредиенты:

Тушка гуся, капуста квашеная – 1 кг, шпик – 150 г, яблоки – 4 шт., лук репчатый – 2 шт., масло сливочное – 3 ст. ложки, зелень петрушки, соль и сахар по вкусу.

Способ приготовления:

Квашеную капусту отжимают, добавляют масло и тушат до полуготовности на среднем огне. Шпик измельчают, обжаривают с нашинкованным луком.

Яблоки очищают от кожицы и семян, нарезают кубиками.

Ингредиенты складывают в кастрюлю с капустой, добавляют сахар и тщательно перемешивают.

Тушку гуся натирают солью и фаршируют тушеной капустой. Разрез зашивают. Птицу кладут на противень спинкой вниз и запекают в разогретой духовке до готовности, каждые 15 мин поливая выделяющимся соком.

Готовое блюдо украшают измельченной зеленью петрушки и подают к столу.

Изделия из теста

Рыбный пирог

Ингредиенты:

Тесто дрожжевое – 1 кг, рыба – 500 г, рис отварной – 250 г, вода – 150 г, лук репчатый – 1 шт., масло сливочное или жир кулинарный – 4 ст. ложки, сок лимонный – 2 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, мука – 1 ст. ложка, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу чистят, удаляют внутренности, солят, сбрызгивают лимонным соком, добавляют 2 ст. ложки сливочного масла или кулинарного жира, воду и тушат 15–20 мин.

Затем добавляют оставшийся жир, муку, перец, соль, измельченную петрушку и продолжают тушить.

Лук шинкуют, обжаривают в растительном масле, смешивают с отварным рисом и тушат при постоянном помешивании 4–5 мин.

Рыбу и рис выкладывают на тесто и запекают в заранее разогретой духовке 20–25 мин.

Блины на дрожжах

Ингредиенты:

Мука – 700 г, молоко – 500 мл, дрожжи – 15 г, яйца – 2–3 шт., масло сливочное – 4 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, сахар – 0,5 ч. ложки, соль – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Дрожжи разводят в 1 стакане слегка подогретого молока, добавляют в муку, замешивают тесто и оставляют его на 1–2 ч в теплом месте.

В поднявшееся тесто доливают молоко, смешанное с яичными желтками, сахаром, солью, растопленным сливочным маслом (2 ст. ложки). Массу тщательно вымешивают и оставляют еще на 1 ч в теплом месте.

Перед выпечкой в тесто добавляют взбитые белки. Блины

жарят на разогретой сковороде в растительном масле.

Готовые блины поливают оставшимся растопленным сливочным маслом и подают к столу.

Блинчики с медом

Ингредиенты:

Мука – 400 г, молоко – 250 г, яйцо – 1 шт., масло растительное – 4 ст. ложки, кефир – 2,5 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, мед – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, сода пищевая —

0,5 ч. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Муку просеивают, смешивают с солью, содой, кефиром и замешивают тесто, постепенно вливая теплое молоко, смешанное с сахаром и яйцом. Затем вводят растительное масло (2 ст. ложки). Тесто должно иметь консистенцию жидкой сметаны.

Блинчики выпекают на смазанной растительным маслом сковороде.

Готовые блинчики смазывают сливочным маслом, сворачивают в трубочки, поливают медом и подают к столу.

Блинчики гречневые

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 400 г, молоко – 250 г, яйцо – 1 шт., кефир – 2,5 ст. ложки, мука гречневая – 2 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, сода пищевая – 0,5 ч. ложки, икра красная, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Пшеничную и гречневую муку просеивают, смешивают с солью и чайной содой. Затем добавляют взбитое с сахаром яйцо, кефир, постоянно помешивая, вливают молоко и растительное масло. Готовое тесто должно иметь консистенцию жидкой сметаны.

На смазанной маслом сковороде выпекают тонкие блинчики.

Готовые блинчики сворачивают треугольниками и подают к столу, украсив красной икрой.

Оладьи из дрожжевого теста

Ингредиенты:

Мука – 500 г, молоко – 250 г, джем яблочный – 250 г, масло растительное – 100 г, дрожжи – 20 г, сахар – 1 ст. ложка, яйцо – 1 шт., соль по вкусу.

Способ приготовления:

В разведенные в подогретом молоке дрожжи добавляют сахар и 1 ст. ложку муки, тщательно перемешивают, оставляют на 10–15 мин. Досыпают, непрерывно помешивая, оставшуюся часть муки, добавляют яйцо и соль. Готовое тесто накрывают салфеткой и оставляют в теплом месте на 1–1,5 ч.

Оладьи жарят на разогретой сковороде в растительном масле.

Готовые оладьи подают к столу с яблочным джемом.

Кулебяка

Ингредиенты:

Мука – 1 кг, фарш говяжий – 500 г, молоко – 500 мл, дрожжи – 20 г, яйца – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., масло растительное —

2,5 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Из муки, 1 яйца, молока, сахара и дрожжей замешивают тесто опарным способом. Лук измельчают, добавляют в говяжий фарш, солят, перчат, тщательно перемешивают.

Тесто раскатывают в тонкий пласт, разрезают на полосы шириной 12–15 см и выкладывают на них фарш. Края соединяют, кладут кулебяку на смазанный маслом противень швом вниз, смазывают взбитым яйцом и выпекают в духовке 35–40 мин.

Готовое блюдо нарезают порционными кусками и подают к столу в горячем виде.

Ленивый пирог

Ингредиенты:

Мука – 500 г, молоко – 100 г, варенье вишневое без косточек – 100 г, сахар – 100 г, дрожжи – 30 г, яйца – 2 шт., масло сливочное – 2,5 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Дрожжи разводят в теплом молоке с сахаром, оставляют на 15 мин в теплом месте. Затем дрожжевую смесь выливают в глубокую емкость, добавляют яйца, оставив 1 белок для смазывания пирога, сливочное масло, муку, соль и замешивают крутое тесто.

Емкость с тестом накрывают салфеткой и оставляют в теплом месте на 1,5–2 ч.

Поднявшееся тесто обминают, разделяют на 8–10 равных частей, формуют небольшие шарики, раскатывают их скалкой и в центр кладут варенье. Края защипывают, место соединения заглаживают.

Готовые изделия плотно укладывают в смазанную маслом форму и оставляют на 10–15 мин в теплом месте. Затем пирог смазывают яичным белком и выпекают в духовке 25–30 мин при температуре 200° С.

Готовый пирог подают к столу с молоком.

Пирожки из песочного теста с начинкой

Ингредиенты:

Для теста: мука – 700 г, яйцо – 1 шт., масло сливочное – 4 ст. ложки, соль – 1 ч. ложка.

Для начинки: мякоть свинины – 200 г, мякоть телятины – 200 г, чеснок – 1 долька, лук репчатый – 0,5 шт., масло топленое – 2 ст. ложки, коньяк – 1 ст. ложка, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Из муки, масла, яйца и соли замешивают песочное тесто и оставляют его на холоде на 1–1,5 ч.

Мясо моют, пропускают через мясорубку. Лук и чеснок измельчают, обжаривают в масле, смешивают с мелко нашинкованной зеленью и фаршем. Полученную массу сбрызгивают коньяком, перчат и солят.

Тесто раскатывают в тонкий пласт, вырезают кружки. В центр каждого кружка кладут 1–1,5 ч. ложки начинки. Края теста соединяют, изделию придают форму пирожка.

Сформованные пирожки выпекают в заранее разогретой духовке 20–25 мин.

Готовое изделие подают к чаю.

Десерты

Гоголь-моголь

Ингредиенты:

Пудра сахарная – 250 г, желтки яичные – 5 шт., лимон – 1 шт., ликер апельсиновый или ром – 4 ст. ложки.

Способ приготовления:

Желтки смешивают с сахарной пудрой и лимонной цедрой и взбивают венчиком до получения густой однородной массы. В полученный крем вливают ром или ликер и продолжают взбивать. Готовый гоголь-моголь разливают в бокалы и подают к столу в качестве десерта.

Батончики творожные

Ингредиенты:

Творог – 500 г, мука – 250 г, яйцо – 1 шт., пудра сахарная – 3 ст. ложки, масло растительное – 3 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Творог растирают, смешивают с мукой, яйцом, сметаной, сахаром и солью. Полученной массе придают форму колбаски, разрезают на небольшие кусочки, жарят в растительном масле до румяной корочки.

Готовые батончики посыпают сахарной пудрой и подают к столу в качестве десерта.

«Пьяные» яблоки

Ингредиенты:

Масло топленое – 200 г, яблоки сорта ранет – 4 шт., коньяк – 3 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, пудра сахарная, корица.

Для кляра: мука пшеничная – 300 г, вода – 250 мл, белки яичные – 2 шт., масло оливковое – 2 ст. ложки,

сметана.

Способ приготовления:

Яблоки очищают, удаляют сердцевину, нарезают кружками, вымачивают в смеси коньяка и сахара 1 ч.

Для приготовления кляра яичные белки взбивают, соединяют с мукой, оливковым маслом, водой, сметаной и тщательно перемешивают.

Кружки яблок обмакивают в полученную массу и жарят во фритюре до золотистого цвета.

Готовые фрукты выкладывают на сито, чтобы стекло лишнее масло, и остужают. Перед подачей к столу яблоки посыпают сахарной пудрой, смешанной с корицей.

Сырники сладкие

Ингредиенты:

Творог – 500 г, сыр – 100 г, яйцо – 1 шт., мука пшеничная – 3 ст. ложки, масло сливочное – 1 ч. ложка, сахар и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Из творога, яйца, муки, сахара и соли замешивают тесто, добавляют натертый на мелкой терке сыр и тщательно перемешивают.

Готовое тесто раскатывают в пласт и формуют сырники. Сковороду смазывают маслом и выкладывают в нее изделия.

Выпекают сырники в предварительно разогретой духовке 5–7 мин.

Баба рисовая с вишней

Ингредиенты:

Рис – 500 г, вишня – 500 г, масло сливочное – 80 г, яйца – 4 шт., сахар – 2 ст. ложки, сухари толченые – 2 ст. ложки, крахмал – 1 ч. ложка, ванилин – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Вишню моют, удаляют косточки. Яичные белки отделяют от желтков и взбивают в пену. Желтки растирают с сахаром и ванилином.

Рис отваривают, смешивают с белками, желтками, крахмалом и вишней.

Готовое тесто выливают в смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями форму и запекают в предварительно разогретой духовке 25–30 мин.

Десерт «Геркулес»

Ингредиенты:

Масло сливочное – 20 г, яблоки – 5 шт., сахар – 1 ст. ложка, мука пшеничная – 1 ст. ложка, хлопья овсяные – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, корица молотая.

Способ приготовления:

Яблоки моют, удаляют сердцевину, нарезают ломтиками, кладут в сковороду и сбрызгивают лимонным соком. Сливочное масло растапливают, соединяют с сахаром, мукой, корицей, овсяными хлопьями и аккуратно перемешивают.

Приготовленной смесью покрывают ломтики яблок и выпекают 15 мин. в духовке, предварительно разогретой до 180° С.

Мусс «Смородинка»

Ингредиенты:

Смородина красная – 600 г, вишня – 250 г, вода – 3 ст. ложки, мед – 1 ст. ложка, крахмал – 1 ч. ложка, сахар ванильный, корица молотая, сливки.

Способ приготовления:

Смородину и вишню моют, перебирают. Из вишни удаляют косточки.

Ягоды выкладывают в миску, добавляют мед, ванильный сахар, воду, корицу и прогревают 5 мин в микроволновой печи при максимальной мощности.

Крахмал разводят с водой, выливают полученную массу на ягоды, размешивают и кипятят 2 мин, постоянно помешивая.

Мусс подают к столу со взбитыми сливками.

Мусс «Ягодка»

Ингредиенты:

Малина – 500 г, белки яичные – 2 шт., вода – 2 ст. ложки, желатин – 2 ч. ложки, пудра сахарная – 2 ч.

ложки.

Способ приготовления:

Желатин заливают водой, настаивают, ставят на 1–2 мин в разогретую духовку.

Ягоды промывают, разминают деревянной ложкой, добавляют сахарную пудру и яичные белки. Полученную массу охлаждают и взбивают венчиком. Добавляют желатин и снова взбивают.

Мусс выкладывают в формочки и охлаждают.

Глава 2. Восточная кухня

Восточная кухня отличается большим разнообразием блюд, при приготовлении которых широко используют приправы, пряности, морепродукты.

Одними из наиболее популярных и известных блюд, распространенных у народов Востока, являются шашлыки и пловы. Способов их приготовления много.

Интересно то, что ни один из рецептов приготовления плова или шашлыка не повторяется. В каждом есть своя неповторимая особенность, придающая блюду своеобразный вкус и аромат.

Однако не только шашлыками и пловами славится восточная кухня. Большое значение в ней уделяется овощным, рыбным и мучным блюдам. Существует множество способов их приготовления, широко распространенных не только на территории восточных государств, но и за их пределами.

Китайская кухня

Искусство кулинарии в Китае является частью древней культуры, и, пожалуй, ни в какой другой стране мира оно не доведено до такого совершенства. Китайская кухня имеет ряд характерных особенностей.

Во-первых, необычны (с точки зрения европейца) способы приготовления продуктов. Здесь предусматривается тщательная подготовка всех компонентов блюда к последующей тепловой обработке, продолжительность которой в среднем составляет 3–5 мин. Для этого используют сильный огонь и различные скороварки, а все компоненты блюда готовят отдельно друг от друга.

Во-вторых, применяется большое количество пряностей, специй и соусов. Здесь используют более 300 видов различных приправ – анис, имбирь, глютамат натрия, карри, молотый перец, сушеные апельсиновые корки, китайский уксус, соевый соус, устричный соус, сливовый соус, креветочную пасту, соевый творог (тофу) и др.

В-третьих, особое внимание уделяется подбору ингредиентов и оформлению приготовляемых блюд.

В современной китайской кулинарии особой популярностью пользуются блюда из свинины и мяса домашней птицы (кур и уток), приготовленные с использованием разнообразных соусов, приправ, крахмала и специй. Неотъемлемым атрибутом национальной китайской кухни являются куриные и утиные яйца, используемые при приготовлении многих холодных и горячих закусок, а также в качестве самостоятельного блюда.

Немыслима китайская кухня без рыбы и морепродуктов (китайского окуня, камбалы, креветок, крабов, кальмаров, осьминогов, каракатиц, устриц и др.), зернобобовых культур (в первую очередь сои, являющейся для китайцев основным источником белка, и риса) и овощей, среди которых особой популярностью пользуются капуста, батат, картофель, лук-батун, редька, чеснок, помидоры, перец, шпинат, стручковая фасоль и молодые побеги бамбука.

Овощи едят не только в вареном и жареном виде, но и в маринованном, соленом, квашеном и сушеном, они являются главной закуской к различным видам каш.

В национальной китайской кухне имеется множество блюд, приготовленных из теста, – это лапша, вермишель, всевозможные лепешки, паровые хлебцы (пампушки), вонтоны, ушки, сладкие печенья и др.

Холодные закуски

Сандвичи «Китай»

Ингредиенты:

Булочки с тмином – 2 шт., свинина – 100 г, сыр – 50 г, орехи кедровые – 30 г, масло растительное или жир – 1–2 ст. ложки, майонез – 2 ст. ложки, бульон мясной – 2 ст. ложки, горчица – 1 ч. ложка, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Булочки разрезают вдоль пополам. Из нижних половинок вынимают мякиш. Свинину нарезают очень мелкой соломкой (она должна напоминать тонкие нити) и обжаривают ее в течение 5 мин в жире или растительном масле. Затем мясо перчат, солят, заливают бульоном, накрывают емкость крышкой и тушат до готовности.

Кедровые орехи чистят и добавляют в мясо. Сюда же кладут мелко нарезанную зелень петрушки, майонез и все тщательно перемешивают. Бульон сливают и выкладывают полученную массу в смазанные горчицей половинки булочек, из которых удален мякиш. Сверху кладут ломтики сыра и накрывают оставшимися половинками булочек.

Бутерброды «Желтое море»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 2 ломтика, мясо крабовое вареное – 50 г, картофель – 1 шт., горчица – 1 ч. ложка, майонез – 2 ч. ложки, лук зеленый.

Способ приготовления:

Картофель отваривают в мундире, очищают от кожицы и нарезают кружочками. Мясо крабов пропускают через мясорубку и смешивают с горчицей. Ломтики хлеба намазывают крабовой пастой, сверху кладут кружок картофеля и смазывают его майонезом. Бутерброды украшают перьями зеленого лука.

Бутерброды «Янцзы»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 2 ломтика, фасоль белая стручковая – 4 шт., яйцо – 1 шт., помидор – 1 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Фасоль отваривают, остужают и разминают. Яйцо варят вкрутую, очищают и отделяют желток от белка. Желток добавляют к фасолевому пюре и перемешивают до получения однородной консистенции. Помидор моют и нарезают кружочками. Яичный белок измельчают.

Масло намазывают на ломтики хлеба, сверху кладут кружки помидора, фасолевое пюре и измельченный белок.

Салат из курицы по-гонконгски

Ингредиенты:

Мясо куриное – 400 г, ростки бобовые – 250 г, сельдерей – 2 стебля, перец чили – 1 шт., яйца – 2 шт., соус французский – 2 ст. ложки, соус китайский – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо нарезают кубиками. Бобовые ростки отваривают в подсоленной воде и промывают под струей холодной воды. Сельдерей измельчают, соединяют с мясом, бобовыми ростками, солят, добавляют мелко нарезанный перец чили, все тщательно перемешивают и заправляют смесью из французского и китайского соусов.

Салат выкладывают горкой в салатницу и украшают нарезанными тонкими кружочками вареными яйцами.

Куриная печень с беконом «Чуй-чуй»

Ингредиенты:

Печень куриная – 200 г, бекон – 200 г, вода – 400 мл, каштаны водяные – 15 шт., глютамат натрия – 2 г, анис звездчатый – 4 шт., масло растительное – 6 ст. ложек, соль – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Куриную печень варят в течение 15 мин в подсоленной и приправленной анисом и глютаматом натрия воде. Затем бульон

сливают, печень охлаждают и нарезают кубиками. Водяные каштаны и бекон нарезают ломтиками. В каждый ломтик бекона заворачивают кусочек каштана и кубики печени, в затем обжаривают в разогретом растительном масле до образования хрустящей корочки. Печень с беконом подают к столу, предварительно удалив с ломтиков бумажным полотенцем избыточный жир.

Салат из курицы с апельсинами по-сианьски

Ингредиенты:

Филе куриное – 200 г, огурцы – 2 шт., апельсины – 2 шт., перец болгарский – 1 шт., лук зеленый – 0,5 пучка, масло растительное – 1 ст. ложка, соус соевый – 1 ст. ложка, соль.

Способ приготовления:

Куриное филе отваривают в подсоленной воде, затем остужают и нарезают небольшими кусочками. Апельсин очищают, разделяют на дольки и нарезают их небольшими кубиками. Болгарский перец моют, разрезают вдоль, удаляют семена и нарезают соломкой. Один огурец нарезают некрупной соломкой, а второй – кружочками (для украшения готового салата).

Подготовленные апельсины, овощи и куриное филе соединяют в одной емкости, добавляют растительное масло, соевый соус и все тщательно перемешивают. Готовый салат выкладывают на плоское блюдо и украшают нарезанным кружочками огурцом и перьями зеленого лука.

Салат из крабового мяса «Тайбэй»

Ингредиенты:

Мясо крабовое – 200 г, ростки бобовые – 200 г, лук репчатый – 1 шт., помидоры – 2 шт., яйцо – 1 шт., зелень петрушки измельченная – 1 ст. ложка, соус майонезный – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Крабовое мясо, отваренные бобовые ростки, очищенный и нарезанный кольцами лук, вареное яйцо, нарезанное кружочками, измельченную зелень петрушки соединяют в одной посуде, солят, тщательно перемешивают и заправляют майонезным соусом.

Перед подачей к столу салат выкладывают в красивую

салатницу и украшают тонкими ломтиками помидоров.

Лососевый салат по-нанкински

Ингредиенты:

Лосось – 200 г, ростки бобовые – 400 г, помидоры – 2 шт., перец чили зеленый – 1 шт., зелень сельдерея или петрушки – 1 пучок, латук – 2 стебля, соус майонезный – 2 ст. ложки, соус китайский – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо лосося измельчают вместе с костями, соединяют с бобовыми ростками, небольшим количеством измельченного сельдерея или петрушки, солят и заправляют майонезным соусом, смешанным с китайским.

Готовый салат выкладывают в салатницу и перед подачей к столу украшают латуком, ломтиками помидоров и тонкими полосками перца чили.

Салат «Китаец»

Ингредиенты:

Рис отварной – 100 г, помидоры – 2 шт., огурец – 1 шт., яйца вареные – 2 шт., майонез – 4 ст. ложки, зелень петрушки и базилика, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления:

Подготовленные помидоры, огурец и яйца нарезают тонкими ломтиками, соединяют в одной емкости, солят, перчат, добавляют вареный рис, часть измельченной зелени петрушки и базилика. Все тщательно перемешивают, заправляют майонезом и снова перемешивают.

Готовый салат перекладывают в салатницу и украшают измельченной зеленью.

Салат из маринованного дайкона

Ингредиенты:

Редис дайкон – 1 шт., перец красный – 1 шт., уксус – 2 ст. ложки, масло кунжутное – 0,5 ч. ложки, глютамат натрия – 3 г, соль – 2 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки.

Способ приготовления:

Редис очищают и нарезают тонкими кружочками, перец моют, чистят и нарезают тонкой соломкой.

Редис и перец соединяют в одной емкости, солят, придавливают грузом и оставляют на 2–3 ч или на ночь. Затем овощи ополаскивают холодной водой, чтобы смыть соль, добавляют уксус, глютамат натрия, кунжутное масло, сахар и все тщательно перемешивают.

Овощной салат по-шанхайски

Ингредиенты:

Огурцы – 2 шт., перец чили зеленый – 1 шт., листья сельдерея – 6 шт., соус соевый – 1 ст. ложка, соус французский – 1 ст. ложка, соль.

Способ приготовления:

Листья сельдерея моют, нарезают кусочками, солят и складывают в глубокую тарелку. Огурцы моют, очищают от кожицы и нарезают тонкими кружочками. Зеленый перец чили измельчают острым ножом. Огурец, перец и листья сельдерея кладут на 20–30 мин в воду, затем дают ей стечь, выкладывают все в салатницу и поливают французским соусом, смешанным с соевым.

Салат «Восточная экзотика»

Ингредиенты:

Ростки бобовые – 250 г, ананас – 2 ломтика, грейпфруты – 2 шт., бананы – 2 шт., листья латука – 3 шт., соус китайский – 1 ст. ложка, соус французский – 2 ст. ложки, сливки – 2 ст. ложки. соль.

Способ приготовления:

Бобовые ростки отваривают в подсоленной воде, затем остужают и нарезают кусочками. Ломтики ананаса, очищенные грейпфруты и бананы нарезают мелкими кубиками, соединяют с бобовыми ростками и заправляют смесью французского и китайского соусов.

На блюдо выкладывают листья латука, сверху – готовый салат, который украшают взбитыми сливками.

Салат «Дальневосточный»

Ингредиенты:

Тофу – 150 г, стручки гороха или фасоли – 150 г, ростки бобов – 150 г, грибы – 60 г, брокколи – 50 г, арахис несоленый поджаренный – 100 г, морковь – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., сельдерей – 2 стебля, листья китайской капусты – 4 шт., масло растительное – 4 ст. ложки, сок лимонный – 3 ст. ложки, соус соевый – 3 ст. ложки, мед – 2 ст. ложки, имбирь толченый – 1 ч. ложка, масло кунжутное – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Тофу слегка отжимают и нарезают кубиками. В сковороде разогревают половину растительного масла и обжаривают в нем нарезанные кусочками подготовленные стручки гороха или фасоли, грибы, брокколи, морковь и сельдерей.

Готовые овощи остужают, соединяют с очищенным и мелко нарезанным луком, арахисом, бобовыми ростками, солят и поливают соусом, приготовленным из лимонного сока, соевого соуса, меда, толченого имбиря, кунжутного и растительного масел. Затем добавляют тофу и все аккуратно перемешивают. Выкладывают на блюдо листья китайской капусты, а на них – готовый салат.

Салат из ананасов, орехов и бобовых ростков

Ингредиенты:

Ростки бобовые – 450 г, орехи кешью или миндаль – 100 г, ананасы консервированные – 1 банка, соус майонезный – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

Сок консервированных ананасов сливают в отдельную емкость и отваривают в нем бобовые ростки. Затем процеживают, добавляют нарезанные ломтики ананаса, измельченные орехи, майонезный соус и все тщательно перемешивают.

Грибные шляпки по-китайски

Ингредиенты:

Грибы сухие – 100 г, свинина рубленая – 250 г,

бульон – 100 мл, каштаны водяные – 4 шт., сельдерей – 0,5 пучка, мякоть белой рыбы – 3 ст. ложки, соус соевый – 1 ст. ложка, крахмал кукурузный – 1 ст. ложка, масло кунжутное – 2 ст. ложки, глютамат натрия – 1 г, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Грибы замачивают в воде. Свинину соединяют с измельченными каштанами, мякотью белой рыбы, глютаматом натрия, солят и все тщательно перемешивают. Полученным фаршем наполняют шляпки грибов и готовят на пару в течение 15 мин.

В отдельной емкости разогревают бульон, добавляют для густоты крахмал. Грибы поливают соевым соусом, бульоном, сбрызгивают кунжутным маслом и украшают измельченным сельдереем.

Креветочные шарики «Тяньцзинь»

Ингредиенты:

Креветки свежие – 250 г, ростки бамбука – 100 г, грибы консервированные – 100 г, лук зеленый – 0,5 пучка, яйца – 2 шт., апельсин – 1 шт., мука пшеничная – 8 ст. ложек, масло растительное – 2 ст. ложки, масло кунжутное – 1 ч. ложка, сода питьевая – 1 ч. ложка, вода – 70 мл, соль и перец черный молотый по вкусу

Способ приготовления:

Креветки чистят и измельчают, ростки бамбука, грибы и зеленый лук также промывают в холодной воде и нарезают небольшими кусочками. Добавляют перец, соль, кунжутное масло, белок 1 яйца и все тщательно перемешивают до образования пышной массы.

Из полученного фарша лепят шарики диаметром около 2 см. Каждый шарик обмакивают в кляр, приготовленный из взбитого яйца, муки, соды, растительного масла, соли и воды, и обжаривают в растительном масле до золотисто-коричневого цвета.

Шарики подают к столу на зубочистках, воткнув один их кончик в апельсин с подрезанным донышком (для устойчивости). Это блюдо можно использовать как праздничное.

Первые блюда

Куриный бульон по-китайски

Ингредиенты:

Мясо куриное (с костями) – 500 г, вода – 800 мл, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень петрушки, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления:

Мясо моют, нарезают порционными кусками, кладут в кастрюлю, заливают холодной водой и ставят на огонь. Бульон варят 15–20 мин при закрытой крышке, при необходимости снимая пену и добавляя кипяченую воду (при добавлении холодной воды вкус бульона будет испорчен), затем процеживают, чтобы он стал прозрачным и ставят остывать.

Чтобы придать куриному бульону пикантный вкус, в него кладут нарезанную соломкой морковь, крупно нарезанный лук, соль, перец и варят еще 10 мин.

Курица с раками и цветной капустой «Циндао»

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 1л, капуста цветная – 500 г, раки – 25 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., спаржа – 10 шт., лимон – 1 шт., масло раковое – 1 ст. ложка, масло топленое – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ч. ложка, зелень петрушки, соль, перец душистый.

Способ приготовления:

Курицу разрезают на куски, кладут в кастрюлю, заливают водой и доводят до кипения. Мясо вынимают и промывают холодной водой.

Бульон процеживают, заливают им куриное мясо, солят, кладут очищенные корни петрушки и сельдерея и варят до полуготовности. Затем добавляют лимонную цедру и лимонный сок, топленое масло, зелень петрушки.

Готовое мясо вынимают из кастрюли. Часть бульона (примерно 3 стакана) отливают в другую емкость, растирают

муку с раковым маслом и добавляют в бульон. Цветную капусту отваривают, отдельно варят раковые шейки и клешни. Все это кладут в приготовленный бульон, добавляют спаржу, перец, мелко нарезанные лук и морковь, кипятят и заливают бульоном куриное мясо.

Суп «Душистый»

Ингредиенты:

Филе куриное – 300 г, вода – 400 мл, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., вермишель отварная – 2 ст. ложки, лист лавровый – 1 шт., имбирь, гвоздика, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления:

Мясо курицы моют, разрезают на порционные куски и помещают в кастрюлю. Добавляют очищенные и нарезанные кубиками морковь, лук, нашинкованный корень сельдерея, имбирь, гвоздику, солят, перчат и заливают все водой. Суп варят под закрытой крышкой на сильном огне в течение 10–15 мин. Затем добавляют вермишель, лавровый лист и варят еще 5–10 мин.

Суп-пюре из курицы

Ингредиенты:

Мясо куриное (с костями) – 200 г, вода – 500 мл, хлеб пшеничный – 2 ломтика, корни петрушки – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., молоко – 4 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, соль.

Способ приготовления:

Мясо курицы, очищенные и нарезанные соломкой корни петрушки, измельченный репчатый лук кладут в кастрюлю, заливают водой и варят бульон до готовности курицы. Затем курицу вынимают из бульона, отделяют мясо, а кости и кожу снова опускают в кастрюлю с бульоном и варят еще некоторое время.

Мясо курицы 2–3 раза пропускают через мясорубку, полученный фарш опускают в кипящий бульон и осторожно вводят смесь сливочного масла с мукой. При помешивании доводят суп до кипения, вводят горячее молоко и добавляют соль.

Готовый суп по консистенции должен быть такой же густоты, как сливки. Его подают к столу с гренками, приготовленными из ломтиков пшеничного хлеба.

Куриный суп с рисом по-уханьски

Ингредиенты:

Филе куриное – 200 г, рис – 70 г, вода – 800 мл, лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., соль, перец черный молотый.

Способ приготовления:

Морковь и корень сельдерея очищают, нарезают кружочками. Лук очищают и режут кольцами. Все кладут в кастрюлю, заливают водой и варят на сильном огне в течение 5–8 мин.

В другой кастрюле варят до полуготовности мясо, нарезанное порционными кусочками. Бульон с мясом солят, перчат, кладут в него рис и подготовленные овощи и варят суп еще 5–10 мин.

Рисовая похлебка из индейки «Чэнду»

Ингредиенты:

Мясо индейки (с костями) – 500 г, вода – 2 л, рис – 200 г, окорок отварной – 200 г, орехи гинкго – 60 г, глютамат натрия – 2 г, лук зеленый – 1 пучок, масло растительное – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Индейку разрезают на 6 крупных кусков, кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, солят, добавляют глютамат натрия и варят на сильном огне около 2 ч. Затем мясо вынимают и снимают с поверхности бульона избыточный жир.

Рис тщательно моют, солят, добавляют растительное масло и оставляют на 1 ч. По прошествии положенного времени рис кладут в бульон и варят на среднем огне до тех пор, пока рис полностью не разварится, периодически помешивая, чтобы он не подгорел.

Затем в похлебку добавляют орехи гинкго (по желанию), нарезанный порционными кусками вареный окорок, измельченный зеленый лук и нарезанное тонкой соломкой мясо индейки.

Суп из бычьих хвостов и арахиса по-сычуаньски

Ингредиенты:

Хвосты бычьи – 2 шт., вода – 4 л, арахис очищенный – 100 г, финики китайские сушеные – 5 шт., корень имбирный – 1 шт., корка апельсиновая сушеная, глютамат натрия – 2 г, масло растительное – 4 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

В большую кастрюлю наливают растительное масло, кладут разрезанные по суставам бычьи хвосты и обжаривают их на сильном огне. Затем добавляют теплую воду так, чтобы она закрывала хвосты, разрезанный пополам арахис, предварительно вымоченную в воде до мягкости апельсиновую кожуру, сушеные китайские финики, нарезанный ломтиками имбирный корень и варят на сильном огне.

Как только суп закипит, огонь убавляют, снимают с поверхности бульона жир, добавляют глютамат натрия, соль, все перемешивают и варят на медленном огне в течение 3 ч.

Суп из свиных ножек с сушеными устрицами

Ингредиенты:

Ножки свиные – 4 шт., устрицы сушеные – 5 шт., вода – 3 л, творог соевый – 80 г, финики китайские сушеные – 5 шт., корень имбирный – 1 шт., чеснок – 2 дольки, масло растительное – 2 ст. ложки, карри – 1 ч. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Свиные ножки чистят, моют и рубят порционными кусочками. В течение 10–15 мин варят устрицы, чистят их и нарезают тонкими ломтиками.

В разогретом растительном масле обжаривают очищенный и измельченный чеснок и имбирный корень, затем добавляют свиные ножки и устрицы и жарят все до золотисто-коричневого цвета.

Полученное блюдо заливают кипятком и варят на слабом огне 4 ч. Через некоторое время после начала варки добавляют нарезанные финики и соевый творог. За несколько минут до готовности кладут в бульон соль, карри и перец.

Суп из акульих плавников

Ингредиенты:

Плавники акулы сушеные – 4 шт., бульон куриный – 1,5 л, грудки куриные отварные – 150 г, окорок – 150 г, корни имбирные – 3 шт., лук репчатый – 2 шт., лук зеленый – 1 пучок, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

В большую сковороду кладут сушеные плавники акулы, заливают их кипятком и оставляют замачиваться на ночь. Утром акульи плавники ополаскивают холодной водой и замачивают еще на несколько часов.

Затем плавники перекладывают в большую кастрюлю, кладут туда же 1 целый имбирный корень и варят в течение 3 ч. Когда бульон остынет, его переливают в отдельную емкость. С плавников снимают кожицу, отделяют кости, мясо и оставляют только хрящики золотисто-коричневого цвета. Их перекладывают в небольшую кастрюлю вместе с 1 целым имбирным корнем и очищенной луковицей, заливают бульоном и варят 5 ч.

После этого бульон сливают, хрящики акульих плавников промывают, еще раз кипятят, подсушивают и помещают в емкость с куриным бульоном. Туда же кладут нарезанные соломкой куриные грудки, солят, перчат и варят на среднем огне в течение 30 мин.

Суп подают к столу в супнице, украсив нарезанным тонкой соломкой окороком и мелко нарубленным зеленым луком.

Грибной суп «Императорский»

Ингредиенты:

Грибы сушеные – 100 г, бульон куриный – 2 л, ростки бамбука консервированные – 0,5 банки, каштаны водяные – 6 шт., яйца – 6 шт., соус соевый – 3 ст. ложки, соль и перец молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Тонкими ломтиками нарезают сушеные грибы, предварительно вымоченные в горячей воде. Ростки бамбука и водяные каштаны измельчают, соединяют в одной емкости с грибами и заливают бульоном. Варят суп на сильном огне до готовности. Затем добавляют соевый соус, соль, перец, разливают горячий суп по тарелкам и сразу же вбивают в каждую порцию по 1 яйцу.

Грибной суп с говядиной по-пекински

Ингредиенты:

Говядина – 500 г, вода – 1 л, грибы, нарезанные ломтиками, – 50 г, кольраби – 100 г, корень имбирный – 0,5 шт., соус соевый – 1 ст. ложка, жир – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говядину разрезают на порционные кусочки и обжаривают в жире вместе с толченым имбирем. Затем добавляют воду и варят мясо с имбирем на сильном огне, пока бульон не выкипит наполовину. Его процеживают, добавляют ломтики грибов, измельченную кольраби и еще раз доводят суп до кипения. Затем солят, перчат, накрывают кастрюлю с супом крышкой и варят его еще 10–15 мин. Перед подачей к столу в суп добавляют соевый соус.

Грибной суп с куриным мясом

Ингредиенты:

Мясо куриное – 150 г, бульон куриный – 1,5 л, грибы белые – 150 г, корень сельдерея – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., яйца – 2 шт., соус соевый – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Сельдерей и лук чистят, нарезают ломтиками и варят в курином бульоне. Затем добавляют тонко нарезанные белые грибы и куриное мясо, варят в течение 10 мин, солят, перчат и заправляют соевым соусом. Яйца взбивают и подмешивают в суп. Как только яичная масса будет готова, суп снимают с огня и подают к столу.

Яично-грибной суп «Шанхай»

Ингредиенты:

Грибы сушеные – 60 г, бульон куриный – 800 мл, яйца – 2 шт., зелень петрушки – 1 пучок, масло растительное – 1 ст. ложка, соус соевый – 1 ч. ложка, глютамат натрия – 3 г, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Грибы моют в холодной воде, обдают кипятком и замачивают в горячей воде на 1–2 ч. Яйца тщательно взбивают миксером или венчиком. В готовый куриный бульон добавляют грибы вместе с водой, в которой они замачивались, варят на сильном огне в течение 5–10 мин, солят, перчат, добавляют глютамат натрия и соевый соус. За несколько минут до готовности вводят растительное масло и взбитые яйца. Суп подают к столу горячим, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Суп из морской капусты «Порт-Артур»

Ингредиенты:

Креветки сырые – 100 г, говядина или свинина измельченная – 150 г, бульон куриный – 1 л, капуста морская – 150 г, каштаны водяные – 4 шт., глютамат натрия и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Креветки чистят и нарезают мелкими кубиками, каштаны также чистят и нарезают кусочками. В кастрюлю наливают куриный бульон, доводят его до кипения и кладут креветки, мясо и каштаны. Через 15 мин добавляют морскую капусту и варят суп еще 5 мин на сильном огне. За несколько минут до готовности добавляют глютамат натрия и соль. Суп подают к столу горячим.

Суп из ростков сои «Фучжоу»

Ингредиенты:

Ростки соевые – 600 г, бульон куриный или свиной – 1,5 л, яйца – 3 шт., соус соевый – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Бульон доводят до кипения на сильном огне, добавляют очищенные ростки сои и варят в течение 7–10 мин. После этого снимают суп с огня, добавляют взбитые яйца, соевый соус, солят, перчат и кипятят еще 2–3 мин. Суп подают к столу горячим.

Овощной суп с лапшой

Ингредиенты:

Бульон куриный – 400 мл, лапша – 200 г, шампиньоны свежие – 100 г, лук репчатый – 1 шт., перец сладкий красный – 1 шт., лук-порей – 1 стебель, масло растительное – 2 ст. ложки, соус соевый – 4 ст. ложки, имбирь, соль.

Способ приготовления:

Лапшу отваривают и откидывают на дуршлаг. Грибы, репчатый лук и сладкий перец очищают, нарезают соломкой и тушат в растительном масле до готовности. Затем добавляют разогретый куриный бульон, вареную лапшу, соевый соус, имбирь, соль, измельченный лук-порей и доводят суп до кипения.

Вторые блюда

Цыплята по-шанхайски

Ингредиенты:

Цыплята – 2 шт., капуста цветная – 300 г, картофель – 7 шт., помидоры – 5 шт., кукуруза консервированная – 200 г, масло топленое – 3 ст. ложки, сметана – 8 ст. ложек, зелень петрушки, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления:

Тушки цыплят потрошат, моют, разрезают каждую тушку на четыре части и обжаривают с двух сторон на сковороде в 2 ст. ложках топленого масла. Кусочки курицы выкладывают в кастрюлю, сверху кладут очищенный и мелко нарезанный картофель, консервированную кукурузу, разобранную на соцветия цветную капусту, нарезанные тонкими дольками помидоры и все это посыпают измельченной зеленью петрушки.

Затем добавляют оставшееся топленое масло, 2 стакана холодной воды, соль, перец и тушат под закрытой крышкой в течение 15–20 мин.

Перед подачей к столу курицу с овощами заливают сметаной и доводят до кипения.

Курица с яйцами

Ингредиенты:

Филе куриное – 200 г, сыр – 300 г, яйца – 6 шт., помидоры – 2–3 шт., огурцы – 2–3 шт., лук репчатый – 1 шт., салат листовой – 5 шт., масло сливочное – 3 ст. ложки, масло растительное – 3 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, соль и перец молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Яйца варят, а затем разрезают пополам. Желтки растирают со сливочным маслом и натертым на крупной терке сыром. В полученную смесь добавляют сметану, соль, перец и аккуратно растирают до получения однородной массы. У каждой половинки белков срезают часть дна, чтобы яйца можно было поставить. Куриное филе обжаривают в растительном масле до образования золотистой корочки.

На дно плоского блюда выкладывают листья салата и на каждый из них кладут по половинке белка, заполненной сырно-сметанно-желтковой массой и прикрытой сверху кружком помидора. По краям блюда раскладывают куски жареной курицы с дольками свежих огурцов. В середину блюда горкой выкладывают салат, приготовленный из помидоров, огурцов и репчатого лука.

Курица по-восточному

Ингредиенты:

Мясо куриное – 500 г, чеснок – 4 дольки, лимон – 1 шт., йогурт – 3 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка, тмин – 1 ч. ложка, лук зеленый – 0,5 пучка, зелень петрушки, кориандр, соль, перец красный молотый.

Способ приготовления:

Куриное мясо нарезают небольшими кусочками, сбрызгивают лимонным соком, выжатым из половинки лимона, и оставляют пропитываться на 30 мин.

В одной емкости соединяют очищенный и измельченный с помощью чеснокодавилки чеснок, йогурт, тмин, кориандр, перец, соль и мелко нарезанный зеленый лук. Все тщательно перемешивают, добавляют к мясу и помещают в холодильную камеру на 3 ч.

Затем на смазанный сливочным маслом противень выкладывают мясо, поливают его полученным маринадом и запекают в духовке в течение 20–25 мин. Готовое мясо украшают кружками лимона и измельченной зеленью петрушки.

Курица под маринадом, запеченная в кляре

Ингредиенты:

Филе куриное – 300 г, вода – 200 мл, яйца – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., чеснок – 3 дольки, мука пшеничная – 3 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, зелень петрушки и укропа, кислота лимонная, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Филе курицы варят в течение 15 мин.

В неглубокой емкости соединяют очищенный и измельченный с помощью чеснокодавилки чеснок, мелко

нарезанную зелень петрушки и укропа, лимонную кислоту, соль, перец, заливают все водой. В приготовленный маринад опускают нарезанное порционными кусками куриное мясо и оставляют на 2 ч.

Яйца тщательно взбивают, добавляют мелко нарезанный, спассерованный в сливочном масле лук, муку, соль и небольшое количество зелени. Куски курицы вынимают из маринада, обваливают в муке, затем опускают в яично-луковую смесь, выкладывают на смазанный сливочным малом противень и запекают в духовке в течение 10–12 мин.

Куриное филе с зеленой фасолью

Ингредиенты:

Филе куриное – 400 г, фасоль стручковая зеленая – 400 г, лук репчатый – 2 шт., помидоры – 2 шт., чеснок – 2 дольки, масло растительное – 2 ст. ложки, зелень петрушки и кинзы, соль, перец черный молотый и сухие приправы по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное филе варят до полуготовности, нарезают порционными кусками, обжаривают на растительном масле и складывают в посуду для тушения.

Зеленые стручки молодой фасоли перебирают, промывают холодной водой и ломают на 2–3 части, предварительно освободив от твердых нитевидных частей. Подготовленные таким образом стручки фасоли отваривают в небольшом количестве воды (стручок должен легко разламываться ложкой).

В растительном масле, в котором готовилось куриное мясо, обжаривают очищенный и нарезанный тонкими кольцами лук и кружочки помидоров, добавляют нарубленную зелень, очищенный и измельченный чеснок, специи и все тщательно перемешивают.

Полученную массу выкладывают в посуду с курицей, добавляют вареные стручки фасоли, небольшое количество воды (она должна слегка покрывать продукты) и тушат в течение 10–15 мин.

Индейка «Восточное чудо»

Ингредиенты:

Индейка, рис отварной – 130 г, изюм – 150 г, курага – 150 г, миндаль – 6 шт., масло сливочное – 6 ст. ложек, гвоздика молотая, корица молотая, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Миндаль обдают кипятком, снимают кожицу и нарезают полосками. Изюм и курагу промывают в горячей воде, откидывают на дуршлаг, чтобы стекла вода, и обжаривают в сливочном масле вместе с миндалем. Затем орехи, изюм и курагу соединяют с вареным рисом, добавляют гвоздику, корицу, соль и все тщательно перемешивают. Полученной смесью начиняют подготовленную индейку, зашивают отверстие и накрывают птицу жиронепроницаемой бумагой с отверстием.

Посуду с индейкой ставят в микроволновую печь и прогревают в течение 5–6 мин при максимальной мощности, затем уменьшают мощность до средней и готовят еще 10–15 мин. Готовую индейку заворачивают в фольгу и дают ей некоторое время постоять в отключенной печи.

Жареные голуби

Ингредиенты:

Тушки голубей – 5–6 шт., яйца – 2 шт., батон – 1 шт., масло сливочное – 6 ст. ложек, корица молотая – 2 ст. ложки, молоко – 5 ст. ложек, орех мускатный молотый и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Батон размачивают в молоке, отжимают и солят. Затем добавляют сливочное масло, яйца, корицу, мускатный орех и все тщательно перемешивают.

Получившейся массой начиняют тушки голубей, выкладывают их на противень и жарят в духовке, периодически поливая их маслом. Перед подачей к столу тушки голубей поливают выделившимся при жаренье соком.

Курица с ананасом

Ингредиенты:

Мясо куриное отварное – 500 г, бульон куриный – 100 мл, вино десертное – 50 мл, спаржа – 200 г, ананас – 0,5 шт., сок ананасовый – 2 ст. ложки, крахмал кукурузный – 2 ст. ложки, соус соевый – 2 ст. ложки,

масло растительное – 4 ст. ложки, имбирь, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Вареное куриное мясо нарезают небольшими кусочками. Соевый соус смешивают с 1 ст. ложкой крахмала, 2 ст. ложками масла, солью и перцем. В полученной смеси маринуют кусочки курицы.

Ананас очищают, нарезают кубиками, спаржу очищают и тушат до полуготовности. Маринованную курицу обжаривают в разогретом растительном масле, добавляют кусочки ананаса и спаржу, накрывают крышкой и тушат на сильном огне в течение 5–10 мин.

Куриный бульон доводят до кипения, добавляют оставшийся и разведенный ананасовым соком крахмал, вино и имбирь, все тщательно перемешивают и снимают с огня. Перед подачей к столу курицу поливают приготовленным соусом.

Свинина в кисло-сладком соусе

Ингредиенты:

Свинина – 500 г, вода – 100 мл, пикули – 250 г, яйца – 2 шт., чеснок – 2 дольки, зелень петрушки и укропа – 1 пучок, масло растительное – 8 ст. ложек, мука пшеничная – 3 ст. ложки, уксус – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, крахмал кукурузный – 1 ч. ложка, соль – 1 ч. ложка, перец черный молотый – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Мясо промывают и нарезают небольшими кусочками. Из яиц, воды, муки и соли замешивают тесто средней густоты. В глубокой сковороде разогревают растительное масло и выкладывают в него кусочки мяса в тесте. Свинину обжаривают в течение 8 мин с обеих сторон, а затем выкладывают на салфетку, чтобы стекли излишки масла.

Обжаренный в растительном масле толченый чеснок, сахар, разведенный в воде крахмал, мелко нарезанные пикули, уксус и измельченную зелень соединяют в одной посуде, все тщательно перемешивают, солят, перчат, доводят до кипения и перед подачей к столу поливают полученным соусом поджаренное мясо.

Свинина с зеленым перцем

Ингредиенты:

Свинина – 300 г, херес или джин – 75 мл, перец болгарский – 10 шт., зелень петрушки и базилика – 1 пучок, крахмал кукурузный – 1 ст. ложка, масло растительное – 6 ст. ложек, сахар и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо промывают и нарезают тонкими полосками. Крахмал разводят водой, добавляют часть мелко нарезанной зелени и маринуют в полученной смеси кусочки мяса в течение 1 ч. Перец очищают от семян и нарезают широкими полосками. Из хереса, соли, сахара и оставшейся зелени готовят соус.

В глубокой сковороде в разогретом растительном масле обжаривают маринованное мясо. Как только оно станет коричневым, емкость снимают с огня. В отдельной посуде обжаривают в масле нарезанный перец, добавляют мясо, соус и готовят еще 5–10 мин.

Свинина с жареной лапшой

Ингредиенты:

Свинина – 200 г, лапша – 500 г, грибы отварные – 100 г, херес – 25 мл, огурец соленый – 1 шт., зелень шпината – 1 пучок, масло растительное – 6 ст. ложек, крахмал кукурузный – 1 ч. ложка, сахар и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, нарезают тонкими полосками и маринуют в смеси разведенного водой крахмала, хереса, соли, сахара и части мелко нарубленной зелени шпината. Лапшу отваривают, откидывают на дуршлаг и обжаривают на сковороде в половине предусмотренного в рецепте количества растительного масла.

В оставшемся масле отдельно тушат кусочки маринованного мяса, нарезанные мелкими кусочками грибы, нарезанный кубиками огурец и измельченный шпинат.

Готовое мясо с овощами выкладывают на обжаренную лапшу и подают к столу.

Чоп сви

Ингредиенты:

Свинина или мясо куриное – 300 г, бульон мясной – 100 мл, капуста китайская – 450 г, фасоль стручковая –

200 г, грибы свежие – 200 г, чеснок – 2 дольки, зелень петрушки и укропа – 1 пучок, лук зеленый – 0,5 пучка, горошек зеленый – 4 ст. ложки, масло растительное – 4 ст. ложки, крахмал кукурузный – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют и нарезают небольшими кусочками, капусту шинкуют, фасоль моют и очищают от прожилок. Грибы также моют, чистят и нарезают тонкими ломтиками. Лук мелко режут, а чеснок очищают и измельчают с помощью чеснокодавилки.

В большой сковороде подогревают растительное масло и обжаривают в нем кусочки мяса. Затем в эту же емкость выкладывают грибы, капусту, горошек, чеснок, зеленый лук. Овощи перемешивают с мясом, добавляют крахмал, разведенный бульоном, измельченную зелень петрушки и укропа, солят и тушат в течение 5–8 мин.

Блюдо подают к столу с гарниром из риса.

Перец с мясом по-пекински

Ингредиенты:

Свинина – 200 г, перец сладкий – 6 шт., вино десертное – 120 мл, зелень петрушки – 1 пучок, масло растительное – 3–4 ст. ложки, крахмал кукурузный – 2 ст. ложки, сахар – 1 ч. ложка, соль – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Мясо моют и нарезают тонкими полосками, посыпают небольшим количеством измельченной зелени, заливают разведенным в воде крахмалом и ставят на 1 ч в прохладное место. Перец чистят, моют и нарезают тонкими полосками (шириной около 4 см).

Маринованное мясо обжаривают в части разогретого растительного масла. Как только мясо потемнеет, его снимают с огня. Отдельно обжаривают перец, затем соединяют его с мясом, добавляют приготовленный из измельченной зелени, вина, сахара и соли соус и жарят еще 3–5 мин на сильном огне. Мясо должно получиться очень нежным, а перец – остаться хрустящим.

Жареные почки

Ингредиенты:

Почки говяжьи – 500 г, коньяк – 25 мл, корни сельдерея – 3–4 шт., чеснок – 1 долька, лук зеленый – 1 пучок, масло растительное – 3 ст. ложки, крахмал кукурузный – 1 ч. ложка, зелень петрушки и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Почки очищают от пленок, разрезают вдоль, промывают, вымачивают в воде в течение 30 мин, а затем нарезают небольшими кусочками.

Очищенные и нарезанные полосками корни сельдерея обжаривают в растительном масле, добавляют мелко нарезанный зеленый лук и все тщательно перемешивают. В ту же посуду кладут кусочки почек, предварительно обвалянные в крахмале, солят и жарят на сильном огне 5–7 мин. За несколько минут до окончания жарки почки сбрызгивают коньяком, посыпают толченым чесноком и измельченной зеленью петрушки.

Паровая котлета из рубленой свинины с копченой утиной печенью по-шанхайски

Ингредиенты:

Свинина – 700 г, печень утиная копченая – 150 г, каштаны водяные консервированные – 6 шт., соус соевый – 1 ст. ложка, мука кукурузная – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Свинину моют и нарезают мелкими кусочками. Копченую утиную печень замачивают на 30 мин в холодной воде, затем моют и также нарезают небольшими кусочками. Печень и мясо соединяют в одной посуде, добавляют туда нарезанные кубиками водяные каштаны, соль, соевый соус, кукурузную муку, все тщательно перемешивают, выкладывают массу на поднос и формуют большую мясную котлету.

Поднос ставят на подставку и помещают в большую пароварку с плотно закрывающейся крышкой. Котлету держат на сильном огне до тех пор, пока не будет готова свинина. Подают к столу горячей, с приготовленным на пару рисом.

Говяжий язык с грибным соусом по-харбински

Ингредиенты:

Язык говяжий – 800 г, бульон или вода – 500 мл, вино белое – 50 мл, грибы – 100 г, лук репчатый – 2 шт., помидоры – 2 шт., чеснок – 5 долек, лист лавровый – 1 шт., сок лимонный – 2 ст. ложки, соус соевый – 5 ст. ложек, уксус – 1 ст. ложка, масло растительное – 7 ст. ложек, мука пшеничная – 2 ст. ложки, соль, перец черный горошком – 2 шт.

Способ приготовления:

Говяжий язык натирают солью и поливают уксусом, затем ополаскивают холодной водой и варят на сильном огне в течение 5 мин. С языка снимают белую пленку и маринуют в смеси лимонного сока и соевого соуса в течение 1 ч.

В растительном масле обжаривают очищенный и измельченный чеснок, затем сюда же кладут язык, обжаривают его и перекладывают на тарелку. В этой же сковороде обжаривают очищенный и измельченный лук и нарезанные помидоры. Язык, лук, помидоры, чеснок, лавровый лист и перец горошком соединяют в одной емкости, солят, заливают вином и бульоном, доводят до кипения, затем убавляют огонь и варят в течение 3–4 ч.

Готовый язык вынимают из кастрюли, нарезают ломтиками и раскладывают на плоском блюде. Бульон процеживают, растительное масло смешивают с мукой, соединяют с бульоном и грибами и варят до легкого загустения. Если соус получился очень густым, его разбавляют водой. Перед подачей к столу ломтики языка поливают приготовленным грибным соусом.

Шашлык «Восточный» из курицы

Ингредиенты:

Тушка курицы, чеснок – 3 дольки, масло растительное – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, паста томатная – 2–3 ст. ложки, соус томатный – 6 ст. ложек, перец кайенский измельченный – 1 ч. ложка, зелень кинзы измельченная – 2 ст. ложки, тмин, соль, перец черный молотый, перец красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Курицу потрошат, моют, отделяют мясо от костей, нарезают его кубиками и кладут в керамическую миску. В отдельной емкости смешивают очищенный и измельченный чеснок (1

дольку), растительное масло, соль, молотый перец, тмин, лимонный сок и томатную пасту. Полученной массой заливают куриные кубики и ставят в прохладное место на 6 ч. Маринованное мясо насаживают на шампуры и жарят над раскаленными углями до образования золотистой корочки, не забывая переворачивать для равномерного жаренья мяса.

Шашлык подают к столу вместе с соусом, приготовленным из томатного соуса, кайенского перца, толченого чеснока и измельченной зелени кинзы.

Шашлык из курицы с яблоками и ананасами

Ингредиенты:

Филе куриное – 500 г, ананасы консервированные кусочками – 0,5 банки, яблоки – 5–7 шт., лук репчатый красный – 2 шт., помидоры – 3 шт., зелень укропа, кинзы и петрушки – 1 пучок, масло растительное – 2 ст. ложки, карри – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо курицы моют, нарезают кусочками и нанизывают на шампуры вперемежку с нарезанным кольцами репчатым луком, кусочками ананаса и разрезанными на части яблоками.

Растительное масло смешивают с солью и карри, полученным соусом заливают шашлык и выдерживают его в прохладном месте 15–20 мин. Шашлык обжаривают на раскаленных углях до готовности, периодически смазывая приготовленной масляной приправой.

На стол шашлык подают на шампурах, украсив кружочками помидоров, измельченным укропом и веточками кинзы и петрушки.

Шашлык по-пекински

Ингредиенты:

Мясо (баранина, свинины или говядина) – 1 кг, вино шаньсиньское – 25 мл, лук репчатый – 2 шт., перец болгарский – 2 шт., помидор – 1 шт., яблоко – 1 шт., яйцо – 1 шт., масло растительное – 4 ст. ложки, соус соевый – 1 ст. ложка, глютамат натрия – 1 г, крахмал кукурузный – 1 ч. ложка, соль и перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, освобождают от пленок и нарезают небольшими ломтиками. Репчатый лук чистят и режут тонкими кольцами. Подготовленные болгарский перец, яблоко и помидор нарезают мелкими кусочками.

Ломтики мяса кладут в посуду, добавляют яблоко и помидор, заливают все соевым соусом, сбрызгивают вином, солят, перчат, добавляют глютамат натрия и взбитое с крахмалом яйцо. Полученную смесь тщательно перемешивают и оставляют на 30 мин в прохладном месте.

Мясо, лук и сладкий перец нанизывают на короткие шампуры и обжаривают шашлык на сковороде в растительном масле. Можно приготовить такой шашлык и на раскаленных углях.

Шашлык с помидорами

Ингредиенты:

Свинина – 1 кг, лук репчатый – 2 шт., помидоры – 2–3 шт., чеснок – 1 долька, уксус 3 %-ный – 2 ст. ложки, соль и перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Лук очищают и режут кольцами, мытые помидоры – ломтиками. Мясо моют, нарезают небольшими кусочками, солят, перчат, помещают в глубокую емкость, перекладывают кольцами репчатого лука и ломтиками свежих помидоров, посыпают мелко нарезанным чесноком, а затем заливают уксусом и ставят на 6–8 ч в прохладное место.

Маринованное мясо, лук и помидоры поочередно нанизывают на шампуры и обжаривают над раскаленными углями. Чтобы мясо не подгорало, его периодически сбрызгивают маринадом.

Шашлык из свинины под кисло-сладким соусом

Ингредиенты:

Свинина – 1 кг, сок апельсиновый – 200 мл, ананасы консервированные – 1 банка, перец болгарский зеленый и красный – 2 шт., уксус – 2 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, соус чили с чесноком – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, удаляют жир и жилы, нарезают небольшими кубиками. Перец моют, удаляют семена и нарезают

квадратиками.

Сок консервированных ананасов сливают в отдельную посуду.

Мясо нанизывают на шампуры, чередуя его с кусочками перца и ананаса. Ананасовый и апельсиновый соки, уксус, сахар и соус чили соединяют в одной посуде и тщательно перемешивают. Шашлык укладывают в неглубокую емкость, заливают маринадом, накрывают крышкой и ставят в холодильник на 7–8 ч.

Маринованный шашлык обжаривают над раскаленными углями.

К столу его подают с кисло-сладким соусом, приготовленным следующим образом: оставшийся маринад выливают в сковороду, смешивают с мукой и варят смесь до получения густой массы. Затем ее перекладывают в соусник и охлаждают.

Шашлык «Особый»

Ингредиенты:

Говядина – 500 г, свинина – 500 г, сыр – 300 г, лук репчатый – 4–5 шт., помидоры – 15–18 шт., яйцо – 1 шт., зелень петрушки – 1 пучок, соль, перец черный молотый.

Способ приготовления:

Мясо моют, нарезают кубиками размером 3 х 3 см, нанизывают на шампуры, чередуя говядину и свинину, солят, перчат и обжаривают на решетке.

Мясо подают к столу с фаршированными помидорами, приготовленными следующим образом: у вымытых помидоров отрезают верхушку и чайной ложкой вынимают мякоть. Очищенный и измельченный репчатый лук и тертый сыр соединяют в одной емкости, солят, перчат и взбивают массу с сырым яйцом. Полученным фаршем начиняют помидоры, не забыв положить внутрь веточку петрушки, и запекают в духовке.

Шашлык из говядины с ананасом

Ингредиенты:

Говядина – 500 г, ананас – 1 шт., оливки зеленые без косточек – 12 шт., чеснок – 3 дольки, масло растительное – 2 ст. ложки, соус соевый – 4 ст. ложки, соль и перец молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Ананас очищают от кожуры, разрезают пополам и удаляют

жесткую сердцевину. Чеснок очищают, измельчают с помощью чеснокодавилки и толкут. Одну очищенную половину ананаса нарезают небольшими кубиками. Вторую половину пропускают через мясорубку и мякоть отжимают через несколько слоев марли. Полученный ананасовый сок смешивают с измельченным чесноком и соевым соусом.

Мясо моют, нарезают небольшими кусочками, укладывают в глубокую емкость, солят и, залив приготовленной смесью из ананасового сока, чеснока и соевого соуса, выдерживают в течение 2–3 ч в холодильнике.

Маринованное мясо нанизывают на шампуры, перемежая его кусочками ананаса.

В начале и конце каждого шампура нанизывают по одной оливке. Подготовленные шашлыки обмазывают растительным маслом и обжаривают, постоянно поворачивая шампуры для равномерного запекания мяса.

Шашлык подают к столу с отварным рисом.

Шашлык-биточки по-восточному

Ингредиенты:

Свинина – 1 кг, яйца – 8 шт., лук репчатый – 2–3 шт., масло топленое – 4 ст. ложки, зелень кинзы – 1 пучок, соль и перец молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо промывают и пропускают через мясорубку, в полученный фарш добавляют очищенный и мелко нарезанный лук, перец, соль и все тщательно перемешивают.

Полученную массу делят на 12 частей, из каждой формуют биточки и обжаривают их со всех сторон в сковороде в разогретом топленом масле.

Затем биточки нанизывают на короткие шампуры, кладут в сковороду, заливают смесью, полученной из взбитых яиц и мелко нарезанной зелени, и ставят в духовку на 3–5 мин.

Шашлык из говяжьего фарша с побегами бамбука

Ингредиенты:

Фарш говяжий – 500 г, побеги бамбука консервированные – 350 г, яйцо – 1 шт., чеснок – 2 дольки, зелень петрушки – 0,5 пучка, зелень укропа – 0,5

пучка, соус томатный – 8 ст. ложек, сухари панировочные – 2 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, соль, перец черный молотый, перец красный молотый.

Способ приготовления:

Побеги бамбука измельчают. Половину получившейся массы смешивают с мелко нарубленной зеленью петрушки и укропа.

В мясной фарш добавляют толченый чеснок, массу из измельченной зелени и побегов бамбука, панировочные сухари и яйцо. Все тщательно перемешивают, солят, перчат и из полученной массы формуют небольшие фрикадельки, которые сначала слегка обжаривают на сковороде в кипящем растительном масле, а затем нанизывают на шампуры и жарят над раскаленными углями.

Шашлык подают к столу вместе с томатным соусом и оставшейся частью измельченных побегов бамбука.

Шашлычки из креветок и морских гребешков с медом

Ингредиенты:

Креветки – 500 г, гребешки морские свежие – 250 г, херес – 50 мл, мед – 3 ст. ложки, соус соевый – 2 ст. ложки, соус для барбекю – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Деревянные шампуры предварительно замачивают в воде. Креветки и гребешки очищают, нанизывают на шампуры и помещают в неглубокую посуду.

Мед, соусы и херес смешивают, солят и заливают шашлык полученным маринадом, накрывают крышкой и ставят в холодильник на 2–3 ч.

Нанизанные на шампуры креветки и морские гребешки обжаривают в течение 3–5 мин, постоянно сбрызгивая маринадом.

Шашлык из карпа под кисло-сладким маринадом

Ингредиенты:

Филе рыбное – 750 г, перец сладкий красный – 1 шт., ананасы консервированные кусочками – 1 банка, сахар – 2 ст. ложки, уксус – 2 ст. ложки, соус томатный – 2 ст. ложки, соус соевый – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбное филе нарезают небольшими кубиками. Ананасовый сок сливают, оставив в банке примерно 2 ст. ложки жидкости. Перец чистят и нарезают кусочками. На выдержанные в воде в течение 1–2 ч шампуры нанизывают перец, рыбу, кусочки ананаса и помещают в неглубокую посуду.

Соевый и томатный соусы смешивают с оставшимся в банке ананасовым соком, сахаром, уксусом и солью. Полученным маринадом заливают шашлык, накрывают крышкой и ставят в холодильник на 3 ч. Жарят шашлык в течение 3–5 мин, постоянно сбрызгивая маринадом.

Шашлык «Лагуна»

Ингредиенты:

Осетрина – 800 г, мясо морского гребешка – 100 г, мякоть хвоста гигантской морской креветки (или мясо рака) – 60 г, мидии в ракушках – 50 г, креветки – 50 г, рис отварной – 200 г, вино белое – 50 мл, перец болгарский – 2 шт., оливки консервированные – 1 банка, мука пшеничная – 2 ст. ложки, сок лимонный – 3 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, соус томатный – 2 ст. ложки, зелень петрушки измельченная – 1 ст. ложка, соль и паприка молотая по вкусу.

Способ приготовления:

Осетрину, мясо морского гребешка и мякоть хвоста гигантской креветки маринуют в лимонном соке, смешанном с белым вином, солью и зеленью. Затем все продукты панируют в муке, посыпают паприкой и насаживают на шпажки в таком порядке: рыба, гребешок, мякоть хвоста креветки. Морепродукты жарят на гриле до полной готовности.

На стол шашлык подают с отварным рисом и нарезанным кусочками болгарским перцем, предварительно обжаренными в томатном соусе и растительном масле с мидиями в ракушках и креветками. Готовое блюдо украшают оливками.

Мясо осьминога, запеченное на вертеле

Ингредиенты:

Мясо осьминога – 600 г, чеснок – 2 дольки, лук зеленый – 1 пучок, масло растительное – 1 ст. ложка,

соус соевый – 2 ст. ложки, сахар – 1 ч. ложка, кунжут соленый – 0,5 ч. ложки, перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо осьминога моют, обдают несколько раз кипятком и разрезают на кусочки длиной 7–8 см, шириной 1,5–2 см, толщиной 0,5–1,5 см. Кусочки мяса складывают в глубокую емкость и заливают маринадом, приготовленным из растительного масла, соевого соуса, сахара, кунжута, толченого чеснока, измельченного лука и перца.

Осьминога выдерживают в маринаде в течение 40 мин, затем нанизывают на вертел (по 5–6 кусочков) и жарят над раскаленными углями без пламени.

Рыба, жаренная на вертеле с овощами

Ингредиенты:

Рыба (любая) – 700–800 г, картофель – 6–8 шт., помидоры – 3–4 шт., огурцы – 2–3 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, зелень петрушки – 1 пучок, соль, перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу чистят, потрошат, моют в холодной воде и нарезают порционными кусками, солят, перчат и поливают маслом. Помидоры и огурцы моют и нарезают кружочками. Картофель чистят, моют и нарезают ломтиками.

На шампуры нанизывают попеременно огурцы, картофель, рыбу, помидоры и зажаривают на углях. Перед подачей к столу украшают каждый шампур веточками зелени.

Рыба под кисло-сладким соусом

Ингредиенты:

Филе трески – 300 г, коньяк – 20 мл, яйцо – 1 шт., крахмал кукурузный – 3 ст. ложки, маргарин – 2 ст. ложки, пикули измельченные – 2 ст. ложки, сахар – 2 ч. ложки, масло

растительное – 2 ч. ложки, соус томатный – 1 ч. ложка, уксус – 0,5 ч. ложки, имбирь сушеный – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Рыбу нарезают полосками, обмакивают во взбитое яйцо, панируют в крахмале и обжаривают в разогретом маргарине до образования золотистой корочки.

Пикули обжаривают в растительном масле, добавляют смешанные в отдельной посуде Ингредиенты – сахар, небольшое количество кукурузного крахмала, томатный соус, уксус, сушеный имбирь, коньяк, все тщательно перемешивают и тушат на среднем огне в течение 5 мин. Затем соус выливают в сковороду с рыбой и тушат еще 3–5 мин.

Жареная кефаль в кляре

Ингредиенты:

Кефаль (весом 500 г) – 1 шт., яйца – 2 шт., сухари панировочные – 4 ст. ложки, масло растительное – 5 ст. ложек, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу чистят, натирают солью и перцем и режут порционными кусками. Яйца взбивают в глубокой миске. В приготовленный кляр обмакивают кусочки рыбы, обваливают их в панировочных сухарях и жарят в разогретом растительном масле.

Жареная кефаль с помидорами по-абердински

Ингредиенты:

Кефаль (весом 800 г) – 1 шт., помидоры – 5–6 шт., морковь – 1 шт., сахар – 2 ст. ложки, соус томатный – 2 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, соус соевый – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу чистят и моют, затем натирают солью и перцем и жарят в растительном масле до готовности. Помидоры моют и нарезают ломтиками, лук и морковь очищают и измельчают, а затем все обжаривают с сахаром и соевым соусом на другой сковороде. Приготовленной смесью поливают готовую рыбу и продают ее к столу с томатным соусом.

Жареная рыба-меч по-фучжоуски

Ингредиенты:

Рыба-меч (весом 600 г) – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., соус соевый – 3 ст. ложки, масло растительное – 4 ст. ложки, сахар – 1 ч. ложка, соль – 1 ч. ложка, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу чистят, моют, разрезают пополам и натирают солью и перцем. Затем каждый кусочек рыбы-меч обжаривают в раскаленном растительном масле. Жарить нужно медленно (в течение 20–30 мин), переворачивая куски.

Сахар соединяют с соевым соусом, солят и все тщательно перемешивают. Полученным соусом заливают кусочки рыбы и держат их на огне в течение 10 мин. Рыбу подают на стол под соусом, украсив измельченным репчатым луком.

Рыбные палочки под сырным соусом

Ингредиенты:

Филе отварной рыбы – 250 г, пюре картофельное – 400 г, яйца – 2 шт., сыр тертый – 2 ст. ложки, зелень петрушки измельченная – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, сухари панировочные – 2 ст. ложки, молоко – 4 ст. ложки, соус соевый – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу нарезают кусочками, добавляют картофельное пюре, половину тертого сыра и соевого соуса, зелень петрушки, соль, перец, все тщательно перемешивают, добавляют яйцо и из полученного фарша формуют палочки. Каждую палочку смазывают взбитым яйцом, обваливают в панировочных сухарях, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в духовке в течение 30 мин при умеренной температуре.

Готовые палочки охлаждают, нарезают ломтиками и подают к столу под сырным соусом, приготовленным из растопленного сливочного масла, молока, муки, тертого сыра и соевого соуса (варят на слабом огне в течение 5–10 мин до расплавления сыра).

Морской окунь, приготовленный на пару

Ингредиенты:

Филе морского окуня – 250 г, чеснок – 1 долька, бобы черные —

2 ст. ложки, сахар – 1 ч. ложка, соус соевый – 6 ст. ложек, масло растительное – 2 ст. ложки, лук зеленый – 1 пучок, зелень петрушки – 1 пучок, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Рыбу нарезают кусочками. Чеснок очищают, толкут, добавляют бобы, сахар, соевый соус, растительное масло, соль, все разминают и перемешивают. Полученную пасту намазывают на кусочки рыбы, выкладывают на плоское блюдо, ставят его на подставку в большую кастрюлю, заполненную на 1/3 горячей водой, и плотно накрывают крышкой.

Рыбу готовят на пару на сильном огне. Как только она будет готова, ее снимают с огня и подают к столу с горячим рисом, также приготовленным на пару, украсив измельченными зеленым луком и петрушкой.

Креветки, жаренные в кляре

Ингредиенты:

Креветки – 800 г, яйцо – 1 шт., бекон, нарезанный полосками, – 8–9 кусочков, крахмал кукурузный – 6 ст. ложек, масло растительное – 5–6 ст. ложек, соус соевый – 2 ч. ложки, соль – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Креветки моют, откидывают на дуршлаг, чтобы стекла вода, и острым ножом удаляют панцири, оставив их только на хвостах. В глубокой миске готовят кляр: взбивают яйцо и смешивают его с солью и соевым соусом.

В каждую креветку кладут по кусочку бекона, обмакивают в кляр, обваливают в крахмале, выкладывают на доску и ставят в холодильник на 30–50 мин. По прошествии этого времени креветки жарят в растительном масле до золотисто-коричневого цвета.

Куриный плов по-китайски

Ингредиенты:

Тушка курицы, рис – 400 г, миндаль – 80 г, перец острый – 1 шт., лист лавровый – 2 шт., гвоздика – 3 шт., зелень петрушки и укропа – 1 пучок, масло растительное – 5 ст. ложек, карри, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Курицу варят до мягкости вместе с крупно нарезанной зеленью и пряностями. Рис моют, подсушивают и обжаривают в половине указанного количества масла. Затем добавляют 4 стакана куриного бульона, солят, перчат, посыпают карри и варят на слабом огне 5–10 мин. После этого емкость с рисом плотно закрывают крышкой и ставят в теплое место на 10 мин.

Куриное мясо отделяют от костей, нарезают небольшими кусочками и обжаривают в оставшемся растительном масле. Миндаль подрумянивают и смешивают с готовым рисом. Добавляют специи и острый перец и подают к столу. Блюдо должно быть очень острым и одновременно сладким.

Плов по-янчжоуски

Ингредиенты:

Каша рисовая – 800 г, свинина – 100 г, окорок копченый – 50 г, грибы белые – 50 г, филе куриное – 50 г, херес или коньяк – 25 мл, ростки бамбука – 30 г, лук репчатый – 1 шт., яйца – 3 шт., горошек зеленый консервированный – 2 ст. ложки, жир свиной – 4 ст. ложки, соус соевый – 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное мясо и свинину отваривают и нарезают маленькими кусочками. Окорок, грибы, ростки бамбука и очищенный репчатый лук нарезают кубиками. Яйца взбивают.

На сковороде растапливают половину свиного жира, вводят взбитые яйца, поджаривают их до образования румяной корочки и перекладывают на плоскую тарелку.

В разогретую сковороду добавляют оставшуюся часть свиного жира, обжаривают лук и свинину, добавляют ростки бамбука, грибы, зеленый горошек и куриное филе, все это заливают соевым соусом и хересом, перчат и солят. Затем в сковороду выкладывают рисовую кашу и обжаренные яйца, все тщательно перемешивают и жарят до готовности.

Перед подачей к столу плов выкладывают горкой на большое плоское блюдо.

Плов с креветками по-китайски

Ингредиенты:

Креветки – 250 г, рис отварной – 300 г, перец сладкий зеленый – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень укропа – 1 пучок, масло топленое – 2 ст. ложки, соус соевый – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Креветки очищают и обдают кипятком. Очищенный лук и зелень мелко нарезают. Перец моют, удаляют семена и нарезают тонкой соломкой. На горячую сковороду с маслом выкладывают лук и креветки, солят, обжаривают, добавляют зеленый перец, заливают соевым соусом, смешивают с отварным рисом и разогревают. Перед подачей к столу плов посыпают измельченным укропом.

Плов из морского гребешка

Ингредиенты:

Морской гребешок – 150 г, рис – 100 г, вода – 100 мл, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт.,

помидор – 1 шт., зелень петрушки – 1 пучок, масло топленое – 2 ст. ложки, паста томатная – 1 ст. ложка, соль и перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо морского гребешка нарезают кубиками, солят и обжаривают. Добавляют очищенный и нашинкованный репчатый лук, нарезанную кубиками морковь, томатную пасту и обжаривают еще в течение 3–5 мин. Рис варят до полуготовности. Продукты перемешивают, добавляют горячую воду, соль, перец, закрывают крышкой и доводят блюдо до готовности на небольшом огне.

Плов подают к столу с нарезанным кружочками свежим помидором и измельченной зеленью петрушки.

Плов из кальмаров

Ингредиенты:

Кальмары – 400 г, рис – 100 г, морковь – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук и морковь очищают и моют. Кальмары чистят, моют, слегка отбивают, нарезают кусочками и обжаривают в растительном масле с измельченным луком и нарезанной соломкой морковью.

Затем кальмары и овощи перекладывают в глубокую кастрюлю, добавляют варенный до полуготовности рис, солят, перчат, добавляют воду, все перемешивают, накрывают посуду крышкой и тушат в сильно разогретой духовке в течение 10–15 мин.

Плов из раков

Ингредиенты:

Раки – 9 шт., рис – 100 г, вода – 2–3 л, чеснок – 2 дольки, масло растительное – 6 ст. ложек, лист лавровый – 1 шт., зелень петрушки – 1 пучок, соль, перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Раков моют в нескольких водах, опускают в подсоленный кипяток, кладут туда же толченый чеснок, лавровый лист и измельченную зелень петрушки и варят 5–10 мин.

Когда раки остынут, их чистят, отделяют шейки и толстые части клешней от панциря. Несколько панцирей наполняют рисом (он служат гарниром к плову), а остальные толкут в ступке.

В кастрюле разогревают растительное масло, кладут туда толченые панцири и, как только они начнут подрумяниваться, вливают бульон, в котором варились раки. Бульон доводят до кипения и процеживают через мелкое сито.

В кастрюлю с разогретым растительным маслом кладут перебранный и промытый рис. Когда он немного подрумянится, вливают бульон, в котором варились раковые панцири. Кастрюлю с пловом ставят на 10–15 мин в духовку. Когда рис будет готов, в него кладут клешни и часть шеек, перемешивают плов и добавляют перец.

Перед подачей к столу плов выкладывают горкой на плоское блюдо, вокруг кладут оставшиеся шейки и наполненные рисом панцири.

Плов из крабов

Ингредиенты:

Крабы – 100 г, рис отварной – 100 г, вода или рыбный бульон – 200 мл, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1–2 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Морковь и лук очищают и моют. Крабов чистят, слегка обжаривают в сливочном масле и смешивают с отварным рассыпчатым рисом. Затем добавляют спассерованную морковь, измельченный и слегка обжаренный в масле репчатый лук, воду или бульон, все солят и тушат слабом огне в течение 20–25 мин.

Изделия из теста

Картофельные лепешки

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 200 г, шпик – 60 г, картофель – 5–6 шт., лук зеленый – 1 пучок, масло растительное – 6 ст. ложек, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель очищают, отваривают и разминают до однородной консистенции. Добавляют 1 стакан картофельного отвара, муку, измельченный зеленый лук, соль и все тщательно перемешивают. Шпик нарезают кубиками. Из картофельной массы формуют лепешки, в середину каждой кладут по несколько кусочков шпика и жарят лепешки в растительном масле до хрустящей корочки.

Праздничное печенье по-пекински

Ингредиенты:

Мука рисовая – 250 г, зерна кунжута обжаренные – 200 г, арахис очищенный – 200 г, изюм – 200 г, яйца – 4 шт., маргарин – 4 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, сода – 1 ч. ложка, соль.

Способ приготовления:

Муку и соду смешивают, вбивают яйца, оставив один белок для смазывания верха, добавляют растопленный маргарин, соль, сахар и все это перемешивают. Затем осторожно вводят зерна кунжута, арахис, изюм и замешивают тесто, добавляя по мере необходимости воду.

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 5 см, нарезают кружочками диаметром 5–7 см, смазывают сверху яичным белком, выкладывают на противень и выпекают при умеренной температуре в духовке до готовности.

Новогодний пудинг «Гуанчжоу»

Ингредиенты:

Мука рисовая – 500 г, вода – 80 мл, сахар бурый – 6

ст. ложек, банановая кожура.

Способ приготовления:

Бурый сахар растапливают на сильном огне и охлаждают. Из рисовой муки и воды готовят кляр, добавляют туда сахар, все тщательно перемешивают и выливают тесто в форму, выстланную банановой кожурой. Форму с пудингом ставят в пароварку и готовят на пару в течение 4 ч.

Десерты

«Фруктовый сюрприз»

Ингредиенты:

Курага – 100 г, финики – 100 г, вода – 200 мл, молоко – 500 мл, персики сушеные – 4–5 шт., яблоки или груши – 3–4 шт., сливы сушеные – 8–10 шт., крахмал кукурузный – 4 ст. ложки, сахар – 2 ст. ложки, бланманже.

Способ приготовления:

Сухофрукты замачивают в теплой воде на 24 ч. Из фиников и слив удаляют косточки, из яблок или груш – сердцевину с семечками. После этого все фрукты варят на медленном огне в сладкой воде, через 15 мин жидкость процеживают и добавляют немного крахмала.

Молоко разогревают в глубокой сковороде, добавляют сахар, оставшийся крахмал и варят в течение нескольких минут.

На дно глубокой чашки выкладывают слоями фрукты, перекладывая их бланманже. Когда десерт остынет, чашку переворачивают на стеклянное блюдо и подают с оставшейся от варки фруктов жидкостью и бланманже.

Воздушный рис на меду

Ингредиенты:

Рис – 500 г, орехи – 200 г, сахар – 400 г, мед – 200 г, уксус – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Рис замачивают на 8 ч в холодной воде, затем сливают воду, заворачивают рис в марлю, кладут в пароварку и варят до готовности. Подсохший рис выкладывают на раскаленную сковороду, чтобы он, лопаясь, превращался в хлопья.

Сахар, уксус и мед смешивают в одной емкости и варят на сильном огне до загустения. Орехи обжаривают, измельчают, смешивают с воздушным рисом и заливают еще горячей сахарно-медовой смесью. Все это тщательно перемешивают, выкладывают на посыпанную мукой разделочную доску, слегка приминают и, когда масса остынет и начнет затвердевать, нарезают ее

ромбиками.

Суп из апельсинов

Ингредиенты:

Вода – 600 мл, апельсины – 3 шт., вишни – 6 шт., сахар – 6 ст. ложек, крахмал кукурузный – 3 ст. ложки.

Способ приготовления:

Апельсины очищают, разделяют на дольки и разминают. Крахмал разводят водой, добавляют сахар, апельсиновую мякоть и при постоянном помешивании доводят суп до кипения.

Десерт подают горячим, украсив вишнями.

Груши по-пекински

Ингредиенты:

Груши – 4 шт., орехи грецкие очищенные – 50 г, мед – 3 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка, имбирь по вкусу.

Способ приготовления:

Груши очищают от кожицы, разрезают пополам и удаляют сердцевину. Орехи измельчают, добавляют мед и имбирь и все тщательно перемешивают.

Полученной массой начиняют половинки груш, выкладывают их на смазанный сливочным маслом противень, помещают в разогретую духовку и запекают до готовности.

Кокосовый крем

Ингредиенты:

Молоко – 200 мл, сливки – 200 мл, ликер вишневый – 50 мл, желатин – 10 г, сахар ванильный – 1 пакетик, желтки – 2 шт., стружка кокосовая – 4 ст. ложки, сахар – 3 ст. ложки.

Способ приготовления:

Желатин замачивают в воде.

В теплое молоко засыпают кокосовую стружку, варят на слабом огне в течение 10–15 мин и процеживают.

Желтки растирают с сахаром и ванильным сахаром,

добавляют в молоко и готовят на водяной бане 5 мин. Затем снимают посуду с огня, кладут желатин, тщательно перемешивают и остужают. Добавляют предварительно взбитые сливки, ликер, еще раз тщательно перемешивают и охлаждают крем в холодильнике в течение 2–3 ч.

Глава 3. Европейская кухня

Европейская кухня, как и восточная, отличается множеством различных блюд, приготовленных по особым старинным рецептам, сохранившимся до наших дней.

Нередко туристы, побывавшие в одной из европейских стран, говорят, что визитная карточка этого государства – бутерброды и сэндвичи. Но мнение это ошибочно.

В кухне Европы, как и в любой другой, существует множество оригинальных национальных рецептов. Многие рецепты в кухне европейских государств заимствованы с Востока. Однако опытные кулинары на протяжении долгих лет вносили в них свои изменения, придавая блюдам национальный характер той или иной страны.

В европейской кухне при приготовлении различных блюд широко применяют приправы, соусы, зелень, муссы, желе, которые придают пище особый вкус и аромат.

Английская кухня

Английская кухня хоть и не отличается большим разнообразием блюд, но содержит множество интересных рецептов, характерных лишь для этой страны. Например, одним из национальных английских блюд является индейка, фаршированная овощами. Из напитков наиболее популярен чай, который англичане пьют за завтраком, после обеда и вечером. К чаю обычно подают традиционное английское печенье.

Хорошо известен не только в Англии, но и в других странах так называемый пятичасовой чай, который традиционно пьют с сахаром и молоком.

Холодные закуски

Бутерброды «Пикантные»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный белый – 2 ломтика, бекон – 2 ломтика, творог соленый – 30 г, масло сливочное – 20 г, огурец маринованный – 1 шт., майонез – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Творог смешивают с майонезом и сливочным маслом. Огурец разрезают вдоль на 2 части. Творожную массу намазывают на хлеб, сверху кладут половинки огурцов и ломтики бекона.

Бутерброды «Солнечный день»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный белый – 2 ломтика, масло сливочное – 20 г, яйцо – 1 шт., зелень укропа.

Способ приготовления:

На ломтики хлеба намазывают масло. На одну половину бутерброда кладут кружок сваренного вкрутую яйца, на другую – несколько веточек зелени укропа.

Бутерброды «Витаминные»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 2 ломтика, чеснок – 2 дольки, лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, соль и перец красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Морковь очищают и натирают на крупной терке, чеснок толкут. Очищенный лук измельчают и пассеруют в растительном масле.

Морковь соединяют с чесноком и луком, добавляют соль и перец и перемешивают. Готовую смесь выкладывают на ломтики хлеба.

Бутерброды «Деревенские»

Ингредиенты:

Хлеб белый – 2 ломтика, филе свиное отварное – 2 ломтика, сметана – 2 ст. ложки, яйца – 2 шт., соль по вкусу.

Способ приготовления:

Хлеб смазывают сметаной. Яйца варят вкрутую, остужают, шинкуют, кладут на бутерброды и солят. Сверху кладут ломтики свиного филе.

Бутерброды «Зеленые»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 2 ломтика, капуста белокочанная – 100 г, грибы – 50 г, морковь – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Капусту моют и шинкуют. Морковь очищают и натирают на мелкой терке. Грибы перебирают, отваривают и измельчают.

Овощи соединяют с грибами, добавляют соль, перец, майонез и тщательно перемешивают.

Полученную массу выкладывают на ломтики хлеба.

Первые блюда

Суп-пюре «Английский»

Ингредиенты:

Курица – 300 г, вода – 1,5 л, молоко – 100 г, лук репчатый – 1 шт., корни петрушки – 2–3 шт., хлеб пшеничный поджаренный – 3 ломтика, масло сливочное – 2,5 ст. ложки, мука пшеничная – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Курица промывают, кладут в кастрюлю, заливают водой и варят с кореньями и измельченным луком.

Отварную курицу вынимают из бульона, отделяют мякоть, а кости и кожу вновь опускают в кастрюлю с бульоном и продолжают варить еще 1 ч, а затем вынимают.

Мясо курицы 2–3 раза пропускают через мясорубку, после чего кладут в кипящий бульон, доводят до кипения, вливают смесь масла и муки, горячее молоко и добавляют соль.

Готовый суп подают к столу с гренками.

Суп с индейкой и грибами

Ингредиенты:

Грудки индюшачьи без костей – 500 г, бульон куриный – 750 мл, шампиньоны – 350 г, вода – 250 мл, рис – 100 г, чеснок – 3 дольки, лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., мука пшеничная – 3 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, перец – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Кастрюлю с бульоном и добавленной в него водой ставят на плиту. Индюшачьи грудки кладут в кипящий отвар. Затем добавляют перец, накрывают кастрюлю крышкой и варят суп 15–20 мин.

После варки мясо вынимают и кладут на тарелку. Чеснок измельчают, лук, морковь и грибы крупно нарезают.

В отдельной кастрюле на среднем огне разогревают растительное масло, кладут лук и чеснок, пассеруют 3 мин,

добавляют сливочное масло, рис, морковь и грибы. Ингредиенты тушат, помешивая, еще 3–5 мин, после чего всыпают муку и обжаривают.

Полученную массу вливают в бульон и доводят до кипения. Огонь убавляют и варят суп 20 мин.

Готовое блюдо подают к столу, положив в тарелки с супом разрезанное на небольшие кусочки индюшачье мясо.

Куриный суп с раками и цветной капустой

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 2 л, капуста цветная – 500 г, раки – 25 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., спаржа, зелень петрушки, сок лимонный – 3 ст. ложки, масло топленое – 2 ст. ложки, масло раковое – 1 ст. ложка, мука пшеничная – 1 ч. ложка, соль, перец душистый горошком.

Способ приготовления:

Курицу нарезают небольшими кусочками, кладут в кастрюлю, заливают водой, доводят до кипения, вынимают мясо, бульон процеживают и заливают им курицу. В бульон добавляют соль, перец горошком, измельченные коренья, морковь, лук и варят курицу до готовности. В бульон вливают лимонный сок, добавляют топленое масло, измельченную зелень петрушки. Мясо вынимают из бульона. Муку растирают с раковым маслом и кладут в бульон.

Отдельно отваривают цветную капусту и раковые шейки. Ингредиенты кладут в приготовленный бульон, добавляют спаржу, доводят смесь до кипения, после чего заливают ею курицу.

Суп «Душистый»

Ингредиенты:

Мясо куриное – 300 г, вода – 500 мл, морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., вермишель – 2 ст. ложки, лавровый лист, имбирь, гвоздика, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют, нарезают небольшими кусочками, кладут в

кастрюлю, добавляют нарезанные морковь, лук, корень сельдерея, соль, перец, имбирь, гвоздику, заливают водой, накрывают кастрюлю крышкой и варят суп 30–35 мин.

В бульон всыпают вермишель и варят суп до готовности.

Суп-пюре «Дичь с каштанами»

Ингредиенты:

Мясо птицы обжаренное – 500 г, бульон куриный – 250 мл, каштаны – 50 шт., соль по вкусу.

Способ приготовления:

Каштаны обжаривают в предварительно разогретой духовке 15 мин, очищают, отваривают в курином бульоне, накрыв кастрюлю крышкой, 30–40 мин. Мясо птицы, предварительно обжаренное, пропускают через мясорубку и протирают сквозь сито вместе с каштанами. Пюре кладут в бульон и размешивают до получения однородной массы.

Суп-пюре солят и подают к столу горячим.

Суп «Монарх»

Ингредиенты:

Тушка цыпленка, бульон мясной – 1,5 л, хлеб белый без корки – 100 г, масло сливочное – 50 г, миндаль сладкий – 5 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку цыпленка жарят в сливочном масле, отделяют мясо от костей. Бульон кипятят и кладут в него мясо цыпленка.

Суп варят на медленном огне 15–20 мин. Мясо вынимают, охлаждают, пропускают через мясорубку с размоченным в бульоне хлебом и миндалем.

В полученный фарш добавляют несколько столовых ложек бульона. Массу тщательно перемешивают, протирают через сито и добавляют в кастрюлю с бульоном.

При подаче к столу суп солят и перчат.

Суп-пюре «Дичь с чечевицей»

Ингредиенты:

Тушка фазана или тетерева, вода – 3 л, чечевица –

500 г, сливки – 400 г, масло сливочное – 50 г, лук репчатый – 1 шт., зелень укропа, лист лавровый – 1 шт., соль по вкусу.

Способ приготовления:

Предварительно вымоченную в воде чечевицу кладут в кастрюлю, заливают 1 л воды, солят, добавляют нашинкованную зелень укропа, очищенный и измельченный лук, лавровый лист и варят 30 мин.

Тушку фазана или тетерева обжаривают в масле, кладут в кастрюлю, заливают оставшейся водой, варят до готовности, отделяют мясо от костей.

Часть мяса пропускают через мясорубку, кости кладут в бульон, где варилась птица, и варят 30 мин. Чечевицу и приготовленный фарш дважды протирают через сито.

Полученную смесь смешивают с небольшим количеством бульона, подогревают, добавляют сливки, остальной бульон и соль.

При подаче к столу в суп кладут отделенное от костей мясо птицы.

Суп из курицы и телятины

Ингредиенты:

Тушка курицы, нога телячья – 1 шт., вода – 3 л, крупа овсяная или ячневая – 250 г, лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., морковь – 1 шт., гвоздика, майоран, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук, морковь и корень петрушки очищают, кладут в кастрюлю, сверху кладут нарубленные тушку птицы и телячью ногу. Все заливают водой и варят 30 мин на слабом огне, периодически снимая пену.

В бульон добавляют майоран, гвоздику, соль, перец и варят 30 мин. Затем всыпают овсяную или ячневую крупу.

Отварное мясо отделяют от костей и нарезают крупными кусками. Овощи протирают через сито, крупу отделяют от бульона. В суп кладут овощное пюре и нарезанное мясо.

Суп доводят до кипения и подают к столу.

Куриный бульон с гренками

Ингредиенты:

Вода – 250 мл, мясо куриное – 100 г, морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., хлеб пшеничный – 1 ломтик, масло растительное – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Мясо курицы кладут в кастрюлю, заливают холодной водой, доводят до кипения на слабом огне, снимают пену и варят 2 ч.

Курицу вынимают, бульон процеживают, добавляют очищенные и спассерованные в растительном масле лук и морковь и продолжают варить еще 10 мин. Ломтик хлеба нарезают кубиками, подсушивают в духовке.

При подаче к столу сухари насыпают в тарелку с куриным бульоном и кусочками мяса.

Суп с омлетом

Ингредиенты:

Тушка цыпленка, вода – 2 л, яйца – 2 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., молоко – 3 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, зелень укропа и петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку цыпленка разделывают, кладут в кастрюлю, заливают водой, ставят на умеренный огонь, доводят до кипения, периодически снимая пену, и варят 30 мин.

Лук и морковь очищают, шинкуют и обжаривают на сковороде в растительном масле, добавляют в бульон, солят, перчат и варят еще 15 мин. Затем мясо птицы вынимают, бульон процеживают.

Из яиц и молока готовят омлет. Бульон разливают в чашки, посыпают рубленой зеленью укропа и петрушки и подают к столу с омлетом. В отдельной тарелке подают вареное мясо птицы.

Куриная похлебка с паштетом

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 2 л, молоко – 50 г, капуста цветная – 200 г, горошек зеленый консервированный – 100 г, хлеб белый – 2 ломтика, яйцо – 1 шт., морковь – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., сметана – 2 ст. ложки, крахмал картофельный – 1 ст. ложка, масло сливочное –

2 ст. ложки, зелень петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы кладут в кастрюлю, заливают водой и варят на слабом огне, периодически снимая пену, до готовности. Бульон солят, добавляют очищенные и нашинкованные лук и морковь и варят еще 10 мин. Курицу и овощи вынимают, бульон процеживают, мясо отделяют от костей.

Бульон кипятят, добавляют измельченную зелень петрушки, соцветия цветной капусты, консервированный горошек и варят до готовности на умеренном огне.

Отделенное от костей мясо пропускают через мясорубку, смешивают с размоченным в молоке хлебом, сметаной, картофельным крахмалом и взбитым яйцом.

Фарш тщательно перемешивают, кладут в смазанную маслом форму, сверху добавляют сливочное масло. Массу запекают в предварительно разогретой духовке 20 мин.

При подаче к столу в суп кладут нарезанный в виде квадратов паштет.

Вторые блюда

Гусь от миссис Хадсон

Ингредиенты:

Тушка гуся, сало свиное – 250 г, молоко – 100 мл, хлеб белый – 4 ломтика, лук репчатый – 5 шт., яйца – 3 шт., зелень петрушки, шалфея и базилика, лук зеленый, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Сало шинкуют, смешивают с предварительно вымоченным в молоке и отжатым белым хлебом, очищенным и измельченным вареным луком и нарубленными вареными яйцами.

В полученную массу добавляют рубленую зелень петрушки, шалфея и базилика, соль и перец. Фарш тщательно перемешивают и начиняют им тушку гуся. Разрез зашивают, ножки и крылышки связывают, птицу насаживают на вертел и жарят до готовности.

К столу подают, украсив блюдо рубленым зеленым луком.

Дикая утка

Ингредиенты:

Тушка утки, грибы свежие – 200 г, вино белое – 100 г, масло топленое – 100 г, мука пшеничная – 50 г, масло сливочное – 10 г, масло растительное – 10 г, лук репчатый – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., сок лимонный – 3 ст. ложки, зелень петрушки и укропа, тимьян, гвоздика, сахар, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку утки разрезают на 8 частей, натирают солью и специями, обжаривают в сковороде в разогретом топленом масле, добавляют очищенный и измельченный лук, лавровый лист, доливают вино и тушат 45 мин на умеренном огне. Мясо отделяют от костей, бульон процеживают. Муку поджаривают в сливочном масле, разбавляют мясным бульоном, добавляют сок лимона, сахар.

К мясу добавляют предварительно нарезанные и обжаренные в растительном масле грибы и продолжают варить еще 20 мин.

Готовое блюдо украшают рубленой зеленью петрушки и укропа.

Курица в яйце «Сочная»

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 500 мл, горошек зеленый консервированный – 200 г, грибы свежие – 200 г, вино розовое – 100 г, масло сливочное – 100 г, яйца – 4 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень петрушки, кориандр, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы делят на 4 части, снимают кожу и удаляют кости. Кожу и кости кладут в кастрюлю, заливают водой, варят бульон до готовности, остужают.

Яйца взбивают венчиком и вливают в бульон. Куриное мясо обжаривают на раскаленной сковороде в сливочном масле, добавляют горошек, очищенные и нашинкованные лук и грибы.

Ингредиенты солят, перчат, заливают вином и бульоном, распределяют по глиняным горшочкам и запекают в предварительно разогретой духовке 15–20 мин.

Готовое блюдо посыпают рубленой зеленью петрушки.

Индейка в тесте

Ингредиенты:

Тушка индейки, масло сливочное – 60 г, соль, перец.

Для начинки: потроха индейки – 100 г, дрожжи – 20 г, молоко – 50 г, яйца – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., мука пшеничная – 2 ст. ложки, сухари панировочные – 1 ст. ложка, майоран – 1 ч. ложка, карри – 1 ч. ложка, зелень петрушки, соль, перец по вкусу.

Для украшения: помидоры – 3 шт., огурец – 1 шт., горошек зеленый консервированный – 3 ст. ложки, зелень укропа.

Способ приготовления:

Потроха индейки измельчают, очищенный лук, специи, соль, яйца и панировочные сухари размешивают с дрожжами, разведенными в теплом молоке. В полученную смесь добавляют муку и замешивают тесто.

Тушку индейки натирают солью, перцем и начиняют тестом. Разрез зашивают, птицу выпекают на смазанном маслом противне

в предварительно разогретой духовке 3 ч, периодически поливая выделяющимся соком.

Готовую птицу перекладывают в блюдо и украшают ломтиками помидоров и огурца, рубленой зеленью укропа и консервированным горошком.

Охотничье жаркое из фазана

Ингредиенты:

Тушка фазана, вино красное сухое – 250 г, бульон куриный – 250 г, сливки – 250 г, масло сливочное – 100 г, шпик – 50 г, корни сельдерея – 2 шт., соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку фазана натирают солью и перцем, обжаривают на медленном огне в сливочном масле, добавляют нарезанный шпик, вливают вино и бульон, тушат в закрытой жаровне 40 мин.

Сельдерей нарезают кусочками и кладут на 3–5 мин в крутой кипяток, тушат в сливочном масле, разведенном бульоном, 15 мин.

В приготовленный сельдерей вливают сливки, доводят смесь до кипения и смешивают с соусом, в котором тушилась птица.

При подаче к столу блюдо поливают горячим соусом.

Курица, тушенная с каштанами в оливковом масле

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 250 мл, водка – 30 г, каштаны – 15 шт., лук репчатый – 2 шт., соус соевый – 5 ст. ложек, масло оливковое – 2 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, крахмал картофельный – 1 ч. ложка, сахар – 1 ч. ложка, зелень укропа, имбирь.

Способ приготовления:

Тушку курицы делят на порционные куски, кладут в кастрюлю, добавляют соевый соус, водку и оставляют на 15–20 мин.

Каштаны очищают от кожуры, складывают в глубокую тарелку и заливают крутым кипятком.

Куски курицы жарят в разогретом растительном масле до

румяной корочки, перекладывают в другую емкость и тушат 30–35 мин на умеренном огне.

В сковороду наливают 1 ст. ложку оливкового масла, кладут очищенный и измельченный лук, пассеруют его, добавляют имбирь и соевый соус, в котором мариновалась курица, сахар, 50 г холодной воды. Массу доводят до кипения на слабом огне, выливают в емкость с тушеной курицей и продолжают тушить 20 мин на медленном огне.

Затем в кастрюлю добавляют каштаны, оставшееся оливковое масло и разведенный с водой картофельный крахмал.

Блюдо подают к столу, украсив рубленой зеленью укропа.

Рябчики, фаршированные сардинами и анчоусами

Ингредиенты:

Тушки рябчиков – 6 шт., шпик – 800 г, зелень укропа, соль, перец – 1 ч. ложка.

Для фарша: вода – 50 г, масло сливочное – 30 г, сардины готовые – 5 шт., анчоусы готовые – 3 шт., ломтики батона – 6 шт., орех мускатный молотый – 1 ч. ложка, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Сардины и анчоусы растирают со сливочным маслом, добавляют соль, перец, мускатный орех, предварительно вымоченные в воде ломтики батона. Фарш тщательно перемешивают.

Рябчиков натирают солью и перцем, начиняют фаршем, заворачивают в тонкие полоски шпика, обвязывают нитками, оборачивают фольгой или промасленной бумагой и жарят в предварительно разогретой духовке 15–20 мин.

При подаче к столу рябчиков посыпают измельченным укропом.

Жареные куропатки

Ингредиенты:

Тушки куропаток – 2 шт., печень куропаток – 50 г, масло сливочное – 50 г, масло растительное – 10 г, ломтики бекона – 4 шт., тосты – 2 шт., сок лимонный – 2 ст. ложки, мука – 1 ст. ложка, клюква, брусника, листья

кресс-салата, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лимонный сок смешивают с растительным маслом, солью и перцем. Тушки куропаток начиняют кусочками сливочного масла, клюквой, брусникой. Грудки оборачивают тонкими ломтиками бекона, ножки и крылышки связывают нитками и кладут птиц в утятницу.

Куропаток тушат в предварительно разогретой духовке 45 мин, периодически поливая выделяющимся соком. За 10 мин до готовности бекон снимают, птиц поливают вытопленным маслом и посыпают мукой. Печень куропаток обжаривают в растительном масле, разминают вилкой и намазывают на тосты. Куропаток выкладывают в тарелку, украшают листьями кресс-салата и подают к столу.

Графская жареная курица

Ингредиенты:

Тушка курицы, соус томатный – 250 г, баклажаны – 8 шт., перец болгарский сладкий – 2 шт., кабачки – 2 шт., масло оливковое – 2 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Для маринада: чеснок – 4 дольки, лук репчатый – 3 шт., лимон – 2 шт., уксус 3 %-ный – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

Тушку курицы разрезают на порционные куски, делают надрезы на коже, солят, перчат. Смешивают лимонный сок, измельченную лимонную цедру, очищенный и нашинкованный лук, очищенный толченый чеснок и уксус.

Приготовленным маринадом заливают курицу и ставят в холодильник на 12 ч. Баклажаны, кабачки и перец моют, очищают, семена удаляют, нарезают кубиками, раскладывают на решетке для гриля, сбрызгивают оливковым маслом и жарят 20 мин, периодически переворачивая.

Готовые овощи выкладывают на блюдо и заливают томатным соусом. Кусочки курицы вынимают из маринада, раскладывают на решетке для гриля и обжаривают по 5–7 мин с каждой стороны. Курицу подают к столу горячей вместе с овощами.

Изделия из теста

Английский торт к чаю

Ингредиенты:

Вишни засахаренные – 500 г, сахар – 250 г, мука картофельная – 250 г, молоко – 150 г, масло сливочное – 150 г, яйца – 5 шт., мука пшеничная – 2 ст. ложки, миндаль измельченный – 2 ст. ложки, цукаты измельченные – 2 ст. ложки, ром – 2 ст. ложки, цедра лимона – 0,5 ч. ложки, сахар ванильный – 0,5 ч. ложки, сода – 0,5 ч. ложки, соль – 0, 5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Масло, сахар, цедру лимона и ванильный сахар взбивают, смешивают с картофельной и пшеничной мукой, солью, содой и яйцами.

Миндаль добавляют вместе с цукатами в тесто. Вишни нарезают, посыпают мукой, сбрызгивают ромом и добавляют в тесто.

Полученную массу перемешивают, кладут в смазанную маслом форму и выпекают в предварительно разогретой духовке 40 мин при средней температуре.

Печенье «Английское»

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 250 г, сахар – 150 г, масло сливочное – 70 г, яйцо – 1 шт., желток – 1 шт., изюм без косточек – 3 ст. ложки, корица и соль по вкусу.

Способ приготовления:

Яйцо растирают с сахаром, добавляют муку, корицу, изюм, 50 г масла, перемешивают и дают расстояться в течение 1,5–2 ч.

Из теста формуют небольшие лепешки, смазывают их желтком и выпекают на противне, смазанном маслом, 10–15 мин в предварительно разогретой духовке.

Печенье с сахарной глазурью

Ингредиенты:

Мука – 350 г, пудра сахарная – 250 г, масло сливочное – 150 г, вода – 0,75 г, яйцо – 1 шт., белок – 1 шт., сок лимонный – 1 ч. ложка, соль.

Способ приготовления:

Муку смешивают с размягченным маслом, добавляют воду, лимонный сок, яйцо и соль.

Тесто вымешивают, ставят в холодильник на 1 ч, затем раскатывают в пласт толщиной 1,5 см и нарезают ромбиками. Укладывают печенье на противень и смазывают взбитым с сахарной пудрой белком. Выпекают в предварительно разогретой духовке 10–15 мин.

Десерты

Десерт из имбиря

Ингредиенты:

Вода – 1 л, сахар – 350 г, молоко – 250 г, сливки – 250 г, ежевика – 150 г, имбирь засахаренный – 50 г, лимоны – 3 шт., крахмал кукурузный – 4 ст. ложки, корица – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Имбирь отваривают в небольшом количестве воды 10 мин и растирают. Сливки смешивают с водой, 200 г сахара, доводят до кипения и добавляют имбирную массу.

Молоко смешивают с кукурузным крахмалом, добавляют к смеси имбиря со сливками, сахаром и водой, доводят до кипения и варят 1–2 мин.

Два лимона натирают на терке и добавляют в кастрюлю с горячей смесью. Тщательно перемешивают содержимое и разливают по порционным формочкам, сполоснув их холодной водой. Для приготовления соуса засыпают ежевику оставшимся сахаром, оставляют на 2 ч, откидывают на сито, добавляют к ягодному сиропу сок 1 лимона, корицу, ставят на огонь и доводят до кипения.

Ягоды ежевики кладут в сироп и снимают кастрюлю с огня. Соус осторожно перемешивают и охлаждают.

Остывший имбирный десерт поливают ежевичным соусом и подают к столу.

Печенье из овсяных хлопьев

Ингредиенты:

Мука – 250 г, сахар – 250 г, масло сливочное – 200 г, хлопья овсяные – 200 г, стружка кокосовая – 200 г, дрожжи сухие – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Дрожжи разводят в небольшом количестве теплой воды и смешивают с маслом, мукой, сахаром, хлопьями и кокосовой стружкой. Из полученной массы формуют небольшие лепешки, выкладывают их на противень и выпекают в духовке при слабом

огне 15 мин.

Томатный коктейль

Ингредиенты:

Сок томатный – 750 мл, сахар – 1 ст. ложка, сок лимонный – 1 ст. ложка, портвейн – 1 ст. ложка, лук репчатый тертый – 1 ч. ложка, листья мяты, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Томатный сок смешивают с остальными ингредиентами и оставляют на 2 ч настаиваться. Вынимают листики мяты, разливают коктейль по стаканам и добавляют кубики льда.

Французская кухня

Французская кухня пользуется большой популярностью. Объясняется это тем, что при приготовлении различных блюд мастера кулинарного искусства Франции используют различные вина, придающие пище особый вкус и неповторимый аромат.

Холодные закуски

Сэндвичи «Канны»

Ингредиенты:

Батон французский – 1 шт., шницели свиные – 8 шт., лимон – 1 шт., вино белое сухое – 1–3 ст. ложки, масло топленое – 3 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Шницели перчат, обжаривают с одной стороны в топленом масле, переворачивают, солят, кладут на каждый по дольке лимона и обжаривают с другой стороны. Выделившийся при жарке жир смешивают с соком лимона, вином, солят, перчат и доводят массу до кипения.

Нарезанный батон обжаривают в приготовленном соусе, затем вынимают и кладут сверху шницели, после чего ставят сэндвичи в предварительно разогретую духовку и запекают 5–10 мин.

Сэндвичи «Бургундия»

Ингредиенты:

Булочки пшеничные – 2 шт., фарш мясной – 100 г, яйца – 2 шт., перец сладкий маринованный – 1 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, майонез – 1 ст. ложка, горчица – 1 ч. ложка, зелень петрушки.

Способ приготовления:

Сваренные вкрутую яйца измельчают, смешивают с нарезанным перцем, фаршем, сливочным маслом, горчицей, майонезом и зеленью петрушки.

Булочки разрезают вдоль, вынимают часть мякиша, внутрь кладут полученную массу.

Сэндвичи «Версаль»

Ингредиенты:

Булочки пшеничные – 2 шт., мясо крабовое – 100 г, орехи – 100 г, яйца – 2 шт., майонез – 2 ст. ложки, соус

соевый – 2 ст. ложки, зелень укропа.

Способ приготовления:

Сваренные вкрутую яйца измельчают, смешивают с нарезанными крабовым мясом, зеленью, орехами. Полученную массу заправляют майонезом и соевым соусом. Булочки разрезают вдоль, вынимают часть мякиша, внутрь кладут приготовленную смесь.

Бутерброды «Марго»

Ингредиенты:

Хлеб ржаной – 2 ломтика, ветчина – 2 ломтика, сыр плавленый – 50 г, чеснок – 2 дольки, перец сладкий красный – 1 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, зелень петрушки.

Способ приготовления:

Перец моют, очищают от семян и нарезают кружками. Чеснок натирают на мелкой терке и смешивают с 1 ст. ложкой сливочного масла. Ломтики хлеба жарят с одной стороны до румяной корочки. Поджаренную сторону хлеба смазывают плавленым сыром и чесночным маслом, сверху на бутерброд кладут кружок перца и кусок ветчины.

Бутерброды украшают зеленью петрушки.

Первые блюда

Французский куриный суп

Ингредиенты:

Бульон куриный – 1,2 л, горошек зеленый консервированный – 500 г, масло сливочное – 50 г, лук репчатый – 3 шт., сахар – 1 ч. ложка, листья салата, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Листья салата и очищенный лук измельчают, добавляют в кастрюлю с куриным бульоном, всыпают сахар, соль, перец и зеленый горошек, оставив 2–3 ст. ложки для украшения готового блюда.

Бульон доводят до кипения и на умеренном огне варят суп 30 мин.

Бульон сливают, горошек протирают через сито, заливают бульоном, добавляют сливочное масло и варят суп на медленном огне 10 мин.

При подаче к столу в суп добавляют оставшийся зеленый горошек.

Куриный суп с омлетом

Ингредиенты:

Вода – 500 мл, мясо куриное – 150 г, яйца – 2 шт., морковь – 1 шт., горошек зеленый – 2 ст. ложки, сливки – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, орех мускатный толченый – 1 ч. ложка, зелень укропа, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное мясо шинкуют, кладут в кастрюлю, заливают водой, солят, перчат, варят 30 мин на слабом огне, периодически снимая пену.

Морковь очищают, нарезают кружками, добавляют в бульон, варят 20 мин. В отдельной емкости смешивают яйца, сливки, толченый мускатный орех, соль, перец. Сковороду смазывают маслом и выливают в нее подготовленную смесь. Омлет запекают в предварительно разогретой духовке 10 мин, охлаждают,

нарезают порционными кусками и добавляют в суп.

К столу подают, украсив измельченной зеленью укропа.

Домашний суп из утки

Ингредиенты:

Мясо утки – 400 г, вода – 1 л, сметана – 50 г, картофель – 5 шт., помидоры – 3 шт., лук репчатый – 2 шт., морковь – 1 шт., зелень укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо утки кладут в кастрюлю, заливают водой, доводят до кипения, снимают пену и варят 50 мин. За 30 мин до готовности добавляют очищенные и нарезанные кубиками морковь, картофель, репчатый лук и вливают сметану. Бульон доводят до кипения, кладут нарезанные дольками помидоры, солят и перчат.

При подаче к столу в каждую тарелку кладут по куску мяса утки, наливают суп и посыпают его рубленой зеленью укропа.

Вторые блюда

Утка с белым вином

Ингредиенты:

Тушка утки, вино белое – 250 г, лимон – 1 шт., соль, перец.

Для украшения: маслины без косточек – 10 шт., кубики желе – 10 шт., капуста соленая – 50 г, яблоки – 5 шт., сливы маринованные – 5 шт., зелень петрушки.

Для фарша: крупа гречневая – 300 г, потроха утиные – 50 г, масло топленое – 1 ст. ложка, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Для приготовления фарша гречневую крупу отваривают в соленой воде, добавляют измельченные утиные потроха, топленое масло, соль и перец.

Массу тщательно перемешивают и начиняют ею тушку птицы. Разрез зашивают, утку натирают солью, перцем и лимонным соком, сбрызгивают белым вином и запекают в предварительно разогретой духовке 1,5 ч. Каждые 10 мин утку поливают выделяющимся при жарке соком.

Поджаренную утку выкладывают на блюдо, заливают соком, оставшимся на противне, смешанным с маринованными сливами и соленой капустой, украшают маслинами, очищенными и натертыми на терке яблоками, кубиками желе и рубленой зеленью петрушки.

Цыплята с шампиньонами в вине

Ингредиенты:

Тушки цыплят – 2 шт., вино красное сухое – 0,5 л, шампиньоны – 130 г, шпик – 80 г, лук репчатый – 8 шт., чеснок – 1 долька, лист лавровый – 1 шт., коньяк – 2 ст. ложки, жир куриный – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, тимьян, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушки цыплят делят на 4 части, обжаривают на сковороде в курином жире, нарезают порционными кусками, добавляют нарезанный шпик, очищенные, измельченные и спассерованные

шампиньоны и лук.

К перечисленным ингредиентам добавляют толченый чеснок. Все тушат на слабом огне 15 мин, вливают коньяк, всыпают муку, добавляют тимьян, лавровый лист, вино, соль и перец и доводят до кипения.

К столу блюдо подают горячим.

Бифштекс с кукурузой

Ингредиенты:

Бифштексы говяжьи – 8 шт., початки кукурузы – 4 шт., перец сладкий красный – 4 шт., перец сладкий зеленый – 3 шт., перец сладкий желтый – 2 шт., кетчуп острый – 6 ст. ложек, вино красное – 4 ст. ложки, масло растительное – 4 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Вино смешивают с растительным маслом, кетчупом, солью и перцем. Бифштексы разрезают на 2 части, заливают маринадом и ставят в холодильник на 15 мин.

Сладкий перец нарезают широкими полосками, а початки кукурузы разрезают на 2 части.

Маринованное мясо вместе с полосками перца и дольками кукурузных початков нанизывают на шампуры и жарят на гриле, периодически поворачивая и поливая маринадом.

Свинина в горшочке

Ингредиенты:

Вода – 1 л, грудинка свиная – 200 г, картофель – 2 шт., корни петрушки – 2 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., огурцы соленые – 2 шт., лист лавровый – 1 шт., зелень петрушки, соль, перец душистый горошком по вкусу.

Способ приготовления:

Свиную грудинку нарезают небольшими кусочками, кладут в кастрюлю с кипящей водой и варят 30–40 мин. Затем бульон сливают, кусочки мяса выкладывают в глиняные горшочки, добавляют нарезанные дольками лук, морковь, репу, корни петрушки, картофель, соленые огурцы, лавровый лист и перец.

Смесь заливают горячим процеженным бульоном, солят и варят при слабом кипении до готовности. Готовое блюдо подают

к столу в горячем виде в горшочке, посыпав сверху измельченной зеленью петрушки.

Жаркое по-французски

Ингредиенты:

Мякоть говядины – 500 г, вода – 0,5 л, вино красное сухое – 50 г, картофель – 10 шт., лук репчатый – 3 шт., чеснок – 1 долька, маргарин сливочный – 4 ст. ложки, томат-пюре – 1 ст. ложка, мука пшеничная – 1 ст. ложка, зелень укропа, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо очищают от пленок, нарезают кусочками и обжаривают на маргарине с добавлением муки и нашинкованного лука. Картофель нарезают крупными дольками и обжаривают отдельно.

Мясо и картофель кладут в горшочек, заливают горячей водой, добавляют томат-пюре, соль, перец и тушат 40 мин. За 10 мин до готовности в жаркое вливают вино.

Готовое блюдо посыпают измельченными чесноком и зеленью укропа и подают к столу.

Печень с грибами

Ингредиенты:

Печень говяжья – 300 г, вода – 500 мл, сметана – 30 г, масло сливочное – 200 г, грибы сушеные – 100 г, картофель – 5–6 шт., лук репчатый – 1–2 шт., соль по вкусу.

Способ приготовления:

Печень моют, очищают от пленок, нарезают небольшими кусочками и обжаривают в кипящем масле. Грибы перебирают, моют, замачивают на 2 ч в холодной воде, после чего варят в той же воде.

Бульон процеживают, грибы вынимают, нарезают соломкой и жарят в кипящем масле вместе с нарезанным кольцами луком до готовности. Картофель нарезают кубиками и обжаривают в сливочном масле.

Печень, грибы, лук и картофель кладут в глиняный горшочек, заливают грибным бульоном, солят, добавляют сметану и тушат до готовности.

Курица, жаренная по-французски

Ингредиенты:

Тушка курицы, орехи грецкие очищенные – 50 г, помидоры – 4 шт., огурцы – 2 шт., сметана – 3 ст. ложки, сок лимонный – 2 ст. ложки, зелень укропа, петрушки и базилика, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы солят, перчат, сбрызгивают лимонным соком, поливают сметаной, жарят на решетке над углями до готовности, разрезают на порционные куски, кладут в блюдо, украшают нарезанными кружками огурцами, дольками помидоров, измельченной зеленью укропа, петрушки и базилика и толчеными грецкими орехами.

Изделия из теста

Пирог с ветчиной

Ингредиенты:

Мука – 500 г, ветчина – 200 г, масло сливочное – 200 г, сыр – 100 г, яйца – 4 шт., вода – 2 ст. ложки, сливки – 2 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, соль – 0,5 ч. ложки, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Муку смешивают с солью, размягченным сливочным маслом, 1 яйцом и водой, оставляют тесто на 5 ч в прохладном месте. Затем раскатывают его и кладут в смазанную сливочным маслом форму.

Ветчину нарезают кусочками, обжаривают в растительном масле и выкладывают на тесто.

Сверху распределяют нарезанный ломтиками сыр.

Оставшиеся яйца взбивают со сливками и перцем, заливают смесью начинку.

Выпекают пирог в разогретой духовке в течение 20 мин.

Вафли

Ингредиенты:

Мука – 500 г, молоко – 500 мл, масло сливочное – 150 г, яйца – 6 шт., пудра сахарная – 3 ст. ложки, сахар – 1 ст. ложка, дрожжи сухие – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Молоко смешивают с растопленным маслом, дрожжами, солью и сахаром. Добавляют муку, желтки, взбитые белки, вымешивают тесто и ставят в теплое место на 1–1,5 ч.

Тесто тонким слоем наливают в вафельницу, выпекают вафли и посыпают их сахарной пудрой.

Пирог «Альпийский»

Ингредиенты:

Мука – 350 г, масло сливочное – 250 г, сахар – 100 г,

вода – 50 г, яйцо – 1 шт., цедра лимонная – 1 ст. ложка, дрожжи сухие – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Муку смешивают с яйцом, разведенными в воде дрожжами, 1 ст. ложкой сахара, 150 г сливочного масла и измельченной лимонной цедрой. Тесту дают подойти в течение 1,5–2 ч.

Готовое тесто разделяют на 2 неравные части, большую раскатывают в виде круга, из меньшей делают жгут и укладывают по краям круга. Кладут пирог на посыпанный мукой противень, выкладывают на него оставшееся масло и посыпают оставшимся сахаром. Выпекают в разогретой до 220–240° С духовке в течение 10 мин.

Пирог «Крестьянский»

Ингредиенты:

Мука – 500 г, молоко – 250 мл, сыр – 200 г, бекон – 200 г, масло сливочное – 150 г, яйца – 4 шт., помидоры – 2 шт., морковь – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, вода – 2 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Муку смешивают с размягченным сливочным маслом, солью, 1 яйцом и водой, полученное тесто охлаждают 2–3 ч, затем раскатывают и кладут в форму. Сверху выкладывают кусочки бекона.

Овощи очищают, шинкуют, обжаривают в растительном масле, охлаждают и выкладывают на тесто.

Оставшиеся яйца взбивают с молоком, добавляют натертый сыр, перец и соль, заливают смесью начинку.

Выпекают пирог в разогретой до 160–180° С духовке в течение 1 ч.

Пирог с творогом и вишнями

Ингредиенты:

Вишня – 500 г, мука – 300 г, творог – 250 г, сахар – 100 г, молоко – 50 г, яйца – 4 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, дрожжи сухие – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Вишни моют и удаляют из них косточки. Яйца взбивают с

сахаром, добавляют творог, разведенные в теплом молоке дрожжи и муку. Тесто хорошо вымешивают, раскатывают и укладывают в смазанную маслом форму. Сверху распределяют вишни и выпекают пирог в разогретой духовке в течение 1 ч.

Кекс фруктовый

Ингредиенты:

Мука – 750 г, молоко – 250 г, масло сливочное – 200 г, изюм без косточек – 100 г, цукаты нарезанные – 100 г, цедра лимонная измельченная – 1 ч. ложка, сода – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Муку соединяют с содой, молоком, растопленным сливочным маслом, изюмом, цукатами и лимонной цедрой и замешивают жидкое тесто. Выливают его в смазанную маслом форму и выпекают пирог в разогретой духовке 40–50 мин.

Десерты

Груши в тесте

Ингредиенты:

Мука – 600 г, масло сливочное – 200 г, сахар – 100 г, вино белое – 100 г, груши – 6 шт., желток – 1 шт., корица – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Муку смешивают со сливочным маслом, желтком, вином и 2 ст. ложками сахара. Тесто раскатывают и разрезают на 6 квадратов.

Груши очищают от кожицы, посыпают сахаром и корицей, заворачивают в кусочки теста и кладут на смазанный маслом противень. Выпекают в разогретой духовке 1 ч.

Чернослив в молоке

Ингредиенты:

Молоко – 250 г, чернослив – 10 шт., сахар – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Чернослив моют, заливают кипящим молоком и оставляют на 1 ч. Затем всыпают сахар, перемешивают, ставят в разогретую духовку и запекают 15 мин.

Яблоки, печенные с брусникой

Ингредиенты:

Брусника – 50 г, яблоки – 3 шт., сахар – 2 ст. ложки, пудра сахарная – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Из яблок удаляют сердцевину, в образовавшееся углубление кладут бруснику, смешанную с сахаром, и запекают. Подают к столу, посыпав сахарной пудрой.

Глава 4. Кухня стран Америки

Блюда стран Америки отличаются строгостью и простотой по сравнению с блюдами, традиционными для многих европейских и восточных государств.

Наибольшее распространение тут получили салаты, бутерброды, сэндвичи и другая пища, которую легко приготовить.

Широко применяются при приготовлении различных блюд морепродукты, консервированные овощи, зелень, приправы, специи, соусы.

Во многих рецептах присутствуют орехи, сыр, вино, придающие тому или иному блюду неповторимый вкус.

Мексиканская кухня

Главной особенностью мексиканской кухни является использование различных пряностей, зелени, острых соусов, называемых сальсас, которые подают к мясу, рыбе, морепродуктам, птице, фасоли, яйцам.

Кроме того, в национальной кухне Мексики содержится множество рецептов по приготовлению салатов, супов, блюд из картофеля и кукурузы. Особое предпочтение мексиканцы отдают фруктовым десертам.

Холодные закуски

Салат капустный с куриным мясом

Ингредиенты:

Капуста белокочанная – 300 г, мясо куриное отварное – 180 г, сметана – 100 г, яблоки – 2 шт., морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., горошек зеленый консервированный – 2 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, хрен – 1 ч. ложка,

уксус – 1 ч. ложка, сахар – 1 ч. ложка, зелень базилика, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Капусту шинкуют, яблоки очищают от кожицы, вырезают сердцевину и режут мякоть кубиками. Корень сельдерея моют, чистят и натирают на крупной терке. Мясо нарезают соломкой или небольшими кубиками. Все смешивают в одной емкости, добавляют консервированный горошек, хрен, уксус, растительное масло, соль, сахар и еще раз тщательно перемешивают. Салат смешивают со сметаной и украшают веточками зелени и кружочками моркови.

Салат капустный с вишней и сливой

Ингредиенты:

Капуста белокочанная – 300 г, вишни – 5–6 шт., сливы – 4–5 шт., яблоки – 2–3 шт., сок лимонный – 2 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, сахар по вкусу.

Способ приготовления:

Капусту шинкуют, яблоки очищают от кожицы, вырезают сердцевину и натирают мякоть на терке. Сливы разрезают пополам, удаляют косточки и смешивают мякоть с вишнями. Все перемешивают, посыпают сахаром, добавляют лимонный сок и заправляют растительным маслом.

Салат выкладывают в салатницу и подают к столу.

Салат с тыквой и яблоками

Ингредиенты:

Тыква – 300 г, орехи грецкие очищенные – 150 г, яблоки – 2–3 шт., лимон – 1 шт., мед – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

Тыкву и яблоки чистят и натирают на крупной терке, грецкие орехи измельчают острым ножом и соединяют с массой из тыквы и яблок.

Массу смешивают с медом, натертой на мелкой терке лимонной цедрой, заправляют лимонным соком и украшают ломтиками лимона.

Фруктово-овощной винегрет

Ингредиенты:

Картофель – 4 шт., морковь – 1 шт., огурец – 1 шт., яблоко – 1 шт., груша – 1 шт., мандарин – 1 шт., апельсин – 1 шт., лимон – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., майонез – 4 ст. ложки, горошек зеленый консервированный – 3 ст. ложки, зелень петрушки, листья салата, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Яблоко и грушу очищают от кожицы, удаляют сердцевину и нарезают мякоть ломтиками. Апельсин и мандарин очищают, делят на дольки и разрезают каждую на 2–3 части.

Корень сельдерея моют, чистят и натирают на крупной терке. Картофель моют, отваривают в мундире, чистят и режут кубиками. Вареную морковь и огурец нарезают соломкой, листья салата шинкуют. Ингредиенты соединяют в глубокой емкости, добавляют консервированный зеленый горошек, измельченную зелень петрушки, солят, сбрызгивают лимонным соком и заправляют майонезом.

Салат выкладывают в салатницу на листья салата и украшают кусочками фруктов.

Салат с фрикадельками из рыбы

Ингредиенты:

Филе рыбное – 500 г, молоко – 100 г, сливки – 100 г, картофель – 5 шт., белок яичный – 1 шт., яйца – 2 шт., огурцы соленые – 3 шт., хлеб белый – 2 ломтика, майонез – 4 ст. ложки, горошек зеленый

консервированный – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, листья салата, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Ломтики хлеба замачивают в молоке, филе рыбы пропускают через мясорубку вместе с хлебом. Добавляют в фарш сливочное масло и сливки. Все хорошо перемешивают, добавляют яичные белки, соль и еще раз перемешивают. Из фарша формуют фрикадельки и отваривают их в подсоленной воде.

Очищенный картофель варят до готовности, остужают и нарезают кубиками, так же режут два огурца и соединяют их с картофелем. Добавляют консервированный горошек, солят и заправляют салат майонезом.

Салат выкладывают горкой в салатницу, сверху раскладывают фрикадельки и украшают измельченными листьями салата, ломтиками вареных яиц и соленого огурца.

Салат из кальмаров

Ингредиенты:

Кальмары – 5–6 шт., яйца – 3–4 шт., лук репчатый – 2 шт., майонез – 150 г, зелень петрушки и укропа, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Кальмары моют и варят в подсоленной воде 4–5 мин, затем нарезают соломкой и смешивают с очищенным и нашинкованным репчатым луком.

Сваренные яйца режут кубиками, добавляют в салат, заправляют его майонезом, солят и перемешивают. Перед подачей к столу салат украшают зеленью петрушки и укропа.

Первые блюда

Куриный суп

Ингредиенты:

Вода – 1,5 л, тушка курицы, лук репчатый – 2 шт., сметана – 3 ст. ложки, масло растительное – 1 ст. ложка, семена кориандра – 0,5 ч. ложки, имбирь молотый – 0,25 ч. ложки, соль, перец красный молотый – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Тушку курицы промывают, рубят на порционные куски, кладут в кастрюлю, солят, заливают водой и варят 20 мин, периодически снимая пену, после чего бульон процеживают.

Семена кориандра толкут в ступке, смешивают с красным перцем, имбирем, сметаной, небольшим количеством воды и измельченным и обжаренным на растительном масле луком. Полученную смесь заливают небольшим количеством бульона и доводят до кипения.

При подаче к столу курицу выкладывают в глубокую тарелку, заливают горячим куриным бульоном и добавляют массу из приправ и лука.

Белый бульон из баранины

Ингредиенты:

Вода – 2 л воды, кости бараньи – 150 г, морковь – 4 шт., лук репчатый – 4 шт., корень петрушки – 2 шт., лист лавровый – 1 шт., майоран, гвоздика, соль и перец черный горошком по вкусу.

Способ приготовления:

В кастрюлю кладут бараньи кости, заливают 1 л холодной воды и доводят до кипения на умеренном огне, периодически снимая пену. Морковь, корень петрушки и репчатый лук очищают, шинкуют, добавляют в бульон вместе с солью, перцем, лавровым листом, майораном и гвоздикой. В кастрюлю вливают оставшуюся воду, накрывают емкость крышкой и варят бульон 3–3,5 ч. на медленном огне.

Готовый бульон процеживают и доводят до кипения.

Суп с рыбными фрикадельками и ветчиной

Ингредиенты:

Вода – 1 л, шпинат – 100 г, филе рыбы – 100 г, ветчина – 100 г, свинина – 50 г, корейка – 50 г, яйца – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., вино – 1 ст. ложка, жир – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Свинину и филе рыбы пропускают через мясорубку, солят, смешивают с яичными белками и вином. Корейку и ветчину нарезают небольшими кусочками, добавляют очищенный и нашинкованный лук, формуют фрикадельки, обваливают их в фарше из свинины и рыбы и кладут в кипящую подсоленную воду.

Затем в бульон вливают растопленный жир и варят 15 мин. За 5 мин до готовности в суп кладут измельченный шпинат.

Суп с креветками и рисом

Ингредиенты:

Вода – 1,5 л, креветки вареные очищенные – 200 г, рис – 70 г, майонез – 60 г, зелень петрушки – 1 пучок, сок лимонный – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Креветки мелко нарезают, рис промывают. Кладут их в кипящую воду, солят, перчат. Майонез смешивают с лимонным соком и добавляют в суп. Варят 20 мин.

Готовое блюдо украшают измельченной зеленью петрушки и подают к столу.

Суп из рыбы и фасоли

Ингредиенты:

Бульон рыбный – 1 л, фасоль консервированная – 150 г, филе рыбы – 100 г, лук репчатый – 1 шт., водка – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, зелень петрушки – 0,5 пучка, соль, перец.

Способ приготовления:

Лук нарезают кольцами, пассеруют на сливочном масле, перекладывают в кастрюлю, заливают бульоном и варят 5 мин.

Добавляют нарезанную маленькими кусочками рыбу, фасоль, водку, соль и перец. Варят еще 20 мин. Готовое блюдо украшают мелко нарезанной зеленью петрушки.

Светлый рыбный бульон

Ингредиенты:

Вода – 2 л, головы рыбьи – 600 г, лук репчатый – 3 шт., вино белое сухое – 3 ст. ложки, морковь – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., соль по вкусу.

Способ приготовления:

Из рыбьих голов удаляют жабры, промывают, кладут в кастрюлю, заливают водой и доводят до кипения. Затем огонь убавляют, снимают с бульона пену, добавляют вино, измельченный репчатый лук, нарезанную кольцами морковь, лавровый лист, соль и варят 1 ч.

Готовый бульон процеживают.

Суп с кальмарами

Ингредиенты:

Вода – 2 л, кальмары – 300 г, картофель – 3–4 шт., лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., корни петрушки и сельдерея – по 1 шт., лист лавровый – 1 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, рис – 2 ст. ложки, зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Кальмары очищают от пленки, промывают и нарезают соломкой. Предварительно очищенные картофель, репчатый лук, морковь, корни петрушки и сельдерея нарезают, кладут в кастрюлю, добавляют масло и тушат на сильном огне 15–20 мин. Тушеные овощи заливают водой и варят на среднем огне еще 10 мин. В бульон добавляют предварительно перебранный и промытый рис, лавровый лист, соль, перец, кальмары и варят 10 мин.

При подаче к столу суп украшают измельченной зеленью петрушки.

Бульон мясной с пудингом из ветчины и зелени

Ингредиенты:

Вода – 2 л, говядина – 500 г, сыр – 100 г, ветчина – 60 г, морковь – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., яйцо – 1 шт., молоко – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, лук зеленый, зелень шпината и петрушки.

Способ приготовления:

В кастрюлю кладут предварительно промытую и нарезанную небольшими кусочками говядину, вливают воду, доводят до кипения, периодически снимая пену. В бульон добавляют измельченный корень петрушки и натертую на мелкой терке морковь.

Бульон доводят до кипения и варят 2,5 ч.

Нежирную ветчину измельчают или пропускают через мясорубку. Зеленый лук и шпинат шинкуют, обжаривают с ветчиной в сливочном масле и кладут в емкость, смазанную маслом. Массу заливают яйцом, смешанным с молоком, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и запекают в духовке. Перед подачей к столу пудинг выкладывают в тарелку, разрезают на несколько частей и заливают бульоном. Блюдо украшают измельченной зеленью петрушки.

Суп овощной с орехами

Ингредиенты:

Бульон говяжий – 500 г, картофель – 8 шт., перец болгарский – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., орехи лесные – 50 г, бекон – 50 г, сметана – 3 ст. ложки, жир – 2 ст. ложки, тмин, зелень укропа, соль, перец черный и красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Бекон нарезают соломкой и обжаривают в жире. Орехи очищают и измельчают.

Картофель, репчатый лук и болгарский перец, нарезают соломкой, кладут в сковороду, где жарился бекон, солят, перчат, добавляют тмин, обжаривают, заливают бульоном и варят, накрыв емкость крышкой, 20 мин.

Готовый суп разливают по тарелкам и подают к столу, заправив сметаной и посыпав измельченной зеленью укропа и орехами.

Вторые блюда

Курица по-мексикански

Ингредиенты:

Вода – 500 мл, фасоль – 400 г, мясо куриное – 400 г, масло растительное – 80 г, перец болгарский сладкий – 3 шт., перец острый – 1 стручок, лук репчатый – 3 шт., чеснок – 3 шт., морковь – 3 шт., помидоры – 2 шт., листья лавровые – 2 шт., зелень укропа, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Фасоль моют, кладут в кастрюлю, заливают водой, варят на среднем огоне до готовности.

Куриное мясо нарезают небольшими кусочками и жарят в разогретом растительном масле до золотистой корочки.

Морковь и сладкий перец нарезают соломкой, лук шинкуют. Овощи добавляют в кастрюлю с фасолью и варят 15 мин. За 5 мин до готовности добавляют натертые помидоры, накрывают емкость крышкой и тушат на медленном огне еще 10 мин.

К тушеным овощам добавляют лавровые листья, соль, перец, очищенный и измельченный горький перец, обжаренное мясо птицы и тушат 10 мин, накрыв емкость крышкой.

Готовое блюдо посыпают измельченной зеленью укропа и толченым чесноком.

Куриное филе, тушенное с арахисом

Ингредиенты:

Филе курицы – 400 г, арахис – 100 г, чеснок – 4 дольки, лук репчатый – 2 шт., перец сладкий красный – 2 шт., масло растительное – 5 ст. ложек, соус соевый – 3 ст. ложки, крахмал картофельный – 1 ст. ложка, сахар – 1 ч. ложка, коньяк – 1 ч. ложка, зелень петрушки, имбирь и соль, перец душистый горошком – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Подготовленное филе нарезают порционными кусками и перемешивают с соевым соусом и крахмалом.

Душистый перец горошком обжаривают в сковороде в раскаленном растительном масле и вынимают. В сковороду с

маслом кладут очищенный и нарезанный кольцами красный перец, куски курицы и жарят до готовности.

Добавляют сахар, соль, толченый чеснок, нашинкованный лук, имбирь, слегка обжаренный арахис, вливают коньяк.

Массу кипятят 1 мин, остужают, подают к столу с измельченной зеленью петрушки.

Индейка, фаршированная грецкими орехами

Ингредиенты:

Тушка индейки, печень – 500 г, орехи грецкие очищенные – 500 г, молоко – 100 г, масло сливочное – 70 г, масло оливковое – 30 г, хлеб белый – 6 ломтиков, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Печень обжаривают в небольшом количестве сливочного масла, пропускают через мясорубку и протирают через сито.

Орехи толкут в ступке до однородной массы, смешивают с вымоченными в молоке ломтиками хлеба, печеночным фаршем и оставшимся растопленным сливочным маслом.

Полученную массу солят, перчат, тщательно перемешивают и начиняют ею индейку. Разрез зашивают, птицу смазывают оливковым маслом, кладут на противень и запекают в предварительно разогретой духовке, поливая выделяющимся при жарке соком.

Индейку нарезают порционными кусками, предварительно вынув фарш, и выкладывают в блюдо. Вынутый фарш кладут вокруг и поливают все оставшимся после жарки соком.

Печень, жаренная с фруктами

Ингредиенты:

Печень куриная – 500 г, лук репчатый – 2 шт., апельсины – 2 шт., яблоки – 2 шт., сливки – 3 ст. ложки, мука пшеничная – 1 ст. ложка, жир кулинарный – 1 ст. ложка, масло сливочное – 1 ст. ложка, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Печень обваливают в муке, смешанной с перцем, обжаривают 5–6 мин на среднем огне в кипящем кулинарном жире.

В разогретом сливочном масле обжаривают очищенный и

нашинкованный репчатый лук, добавляют очищенные от кожицы и семян и нарезанные апельсины и яблоки. Ингредиенты тушат 5 мин, после чего вливают сливки.

Обжаренную печень выкладывают в блюдо, сверху кладут массу из фруктов и при подаче к столу посыпают рубленой зеленью петрушки и укропа.

Цыплята, тушенные с капустой

Ингредиенты:

Тушки цыплят – 2 шт., масло растительное – 250 г, вода – 150 г, капуста белокочанная – 100 г, помидоры – 3 шт., зелень укропа, соль, перец душистый и черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Цыплят разделывают на порционные куски, капусту промывают и шинкуют. Ингредиенты кладут в кастрюлю слоями: сначала капусту, затем куски мяса. Каждый слой солят.

Сверху кладут нарезанные дольками помидоры, вливают растительное масло и воду. Кастрюлю закрывают крышкой, ставят на медленный огонь и тушат 30–35 мин.

За 10 мин до готовности блюдо перчат. При подаче к столу цыплят посыпают измельченной зеленью укропа.

Изделия из теста

Пирог с луком

Ингредиенты:

Сметана – 400 г, мука пшеничная – 250 г, масло сливочное – 150 г, лук репчатый – 10 шт., яйца – 4 шт., масло оливковое – 3 ст. ложки, орех мускатный молотый, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Муку смешивают с солью и размягченным сливочным маслом. Замешивают тесто, выдерживают его в холодильнике 3 ч, раскатывают в пласт и кладут в форму.

Лук очищают, нарезают кольцами, пассеруют в оливковом масле, добавляют взбитые яйца, сметану и специи. Начинку выкладывают на пирог и выпекают в предварительно разогретой духовке 30–40 мин.

Печенье с сухофруктами

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 500 г, кефир – 100 г, курага – 100 г, изюм – 100 г, инжир сушеный – 100 г, сахар – 60 г, яйца – 3 шт., бананы – 2 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, корица – 1 ч. ложка, сода – 0,5 ч. ложки.

Способ приготовления:

Бананы очищают, разминают вилкой, смешивают с пропущенными через мясорубку сухофруктами, добавляют сахар, корицу, яйца, растопленное масло, кефир, муку, соду и замешивают тесто.

Тесто кладут в холодильник на 1 ч, раскатывают в пласт толщиной 2–2,5 см, выпекают в предварительно разогретой духовке 20–30 мин. Готовый корж нарезают ромбиками.

Пирог с сыром

Ингредиенты:

Молоко – 400 г, мука пшеничная – 300 г, сыр – 200 г,

яйца – 5 шт., масло сливочное – 4 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Муку пассеруют в сливочном масле, добавляют молоко и, постоянно помешивая, держат на огне до загустения. Тесто охлаждают, смешивают с натертым на терке сыром, взбитыми яйцами, перцем и солью.

Тесто выливают в смазанную маслом форму и выпекают в предварительно разогретой духовке 30 мин.

Десерты

Хлеб «Сахарный»

Ингредиенты:

Для теста: мука пшеничная – 500 г, масло топленое – 250 г, пудра сахарная – 250 г, яйца – 2 шт., ванилин.

Для обсыпки: пудра сахарная – 25 г.

Способ приготовления:

В миску кладут охлажденное топленое масло, тщательно растирают его ложкой, добавляют яйца и перемешивают 2–3 мин, постепенно добавляя сахарную пудру и ванилин. В полученную массу добавляют муку и вымешивают тесто 3–5 минут.

Тесто выкладывают на посыпанный мукой стол, делят на куски весом по 75 г, каждому куску придают форму шара и кладут на смазанный маслом противень.

Хлеб выпекают 25–30 мин в предварительно разогретой духовке при температуре 150–160° С, охлаждают и посыпают сахарной пудрой.

Десерт «Медовый»

Ингредиенты:

Сахар – 500 г, орехи грецкие очищенные – 300 г, вода – 250 г, мед – 200 г, пудра сахарная – 25 г, белки яичные – 10 шт., ванилин.

Способ приготовления:

Сахар, мед, воду смешивают, кипятят. Белки взбивают венчиком в пену, перемешивают с сахарной пудрой и заливают медово-сахарной карамелью.

Смесь варят на медленном огне, непрерывно помешивая, до полутвердого состояния. К массе добавляют толченые грецкие орехи и ванилин.

Все тщательно перемешивают, выкладывают на пергамент, раскатывают в пласт толщиной 1,5–2 см, охлаждают и нарезают кусочками.

Кухня США

Кухня Соединенных Штатов Америки является сравнительно простой по сравнению с традиционными способами приготовления пищи в Европе и на Востоке. Объясняется это тем, что большое внимание в США уделяют правильному питанию.

В рационе американцев присутствуют легкие блюда, богатые витаминами, – овощные и фруктовые салаты, блюда из кукурузы, фасоли, морепродуктов, овощные супы.

Однако, несмотря на это, большинство населения Соединенных Штатов отдает предпочтение бифштексам, жареному картофелю, гамбургерам, блюдам с яицами, которые не являются диетическими продуктами с правильным соотношением белков, жиров и углеводов.

Холодные закуски

Салат «Американка»

Ингредиенты:

Картофель – 5 шт., помидоры – 2 шт., яйца – 2 шт., корень сельдерея или петрушки – 1 шт., уксус – 1 ст. ложка, масло оливковое – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Помидоры нарезают кружочками, картофель и яйца варят и нарезают кубиками, корень сельдерея или петрушки тщательно моют, очищают, подсушивают и шинкуют.

Подготовленные продукты смешивают в глубокой емкости, солят, поливают заправкой, приготовленной из уксуса и растительного масла, и еще раз тщательно перемешивают.

Омлет с салатом «Нью-Йорк»

Ингредиенты:

Молоко – 250 г, фасоль красная консервированная – 250 г, салат кочанный – 200 г, яйца – 10 шт., помидоры – 4 шт., авокадо – 2 шт., перец сладкий – 2 шт., перец острый маринованный – 2 шт., масло оливковое – 3 ст. ложки, сок лайма – 2 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Яйца аккуратно взбивают, смешивают с молоком и солью и жарят несколько омлетов.

После этого приступают к приготовлению салата: помидоры нарезают небольшими кубиками, а сладкий и острый маринованный перец – ломтиками.

Авокадо очищают от кожицы, разрезают пополам, удаляют косточку и нарезают мелкими кусочками. Кочанный салат измельчают, а красную фасоль промывают под струей холодной воды и откидывают на сито, чтобы стекла вода.

Все ингредиенты салата соединяют в одной емкости и заправляют оливковым маслом, смешанным с соком лайма, солью и перцем.

Салат ставят на 40–50 мин в холодильник, а затем выкладывают на омлеты и подают к столу.

Яйца с помидорами по-техасски

Ингредиенты:

Ветчина – 50 г, яйца – 5 шт., помидоры – 5 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, соль, перец черный и красный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Помидоры моют, разрезают пополам, посыпают перцем и солью, после чего запекают в духовке.

Яйца варят в мешочек и разрезают пополам. Каждую часть яйца смазывают сливочным маслом, после чего укладывают на половинку помидора и украшают сверху ломтиками поджаренной ветчины.

Американские гамбургеры

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 750 г, говядина – 700 г, вода кипяченая теплая – 200 г, помидоры – 5 шт., огурцы маринованные – 3 шт., яйцо – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., майонез – 6 ст.

ложек, кетчуп – 6 ст. ложек, масло сливочное – 3 ст. ложки, масло топленое – 3 ст. ложки, молоко сухое – 2 ст. ложки, сахар – 1,5 ст. ложки, дрожжи сухие – 1 ст. ложка, семя кунжутное, салат листовой, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Муку с солью просеивают в глубокую емкость, добавляют дрожжи, сахар, сухое молоко, размягченное сливочное масло, вбивают яйцо, наливают воду и замешивают тесто.

Тесто выкладывают в смазанную маслом кастрюлю, накрывают чистой салфеткой и ставят в теплое место на 50–60 мин. После того как тесто увеличится в размерах, его обминают и оставляют в теплом месте еще на 20 мин.

Готовое тесто делят на 2 равные части, каждую из них разрезают на 6 кусочков, которые формуют в виде шариков, выкладывают на смазанный сливочным маслом противень и оставляют для расстойки.

Через 20 мин противень с булочками, смазанными маслом и посыпанными кунжутным семенем, ставят в предварительно

разогретую до 200° С духовку и выпекают в течение 15–20 мин.

Тем временем готовят котлеты: мясо пропускают через мясорубку с луком, полученный фарш солят, перчат, тщательно перемешивают и формуют котлеты, которые обжаривают с двух сторон на сковороде в топленом масле.

Помидоры моют и нарезают тонкими кружочками, огурцы также режут кружочками, салат моют и откидывают на дуршлаг, чтобы стекла вода.

Готовые булочки разрезают пополам, нижнюю часть каждой из них смазывают майонезом, накрывают листом салата, кладут мясную котлету, ломтик помидора, огурца, поливают кетчупом и прикрывают верхней половинкой булочки.

Двойные бургеры «Джорджия»

Ингредиенты:

Булочки – 5 шт., фарш говяжий – 800 г, помидоры – 4 шт., салат листовой, цуккини – 0,5 шт., майонез – 10 ст. ложек, кетчуп – 10 ст. ложек, масло топленое – 5 ст. ложек, уксус – 1 ч. ложка, зелень петрушки и укропа, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говяжий фарш солят, перчат и формуют плоские котлеты примерно одинакового размера. Каждую котлету обжаривают с двух сторон в топленом масле. Булочки разрезают на 3 части так, чтобы толщина средней была равна 1 см. Листья салата моют и откидывают на сито, чтобы стекла вода.

Помидоры моют, нарезают кружками, солят и сбрызгивают уксусом. Цуккини также нарезают тонкими кружками и обжаривают в топленом масле.

Нижнюю часть каждой булочки смазывают майонезом, сверху кладут лист салата, котлету и ломтик помидора, поливают кетчупом, накрывают вторым куском булочки и снова смазывают майонезом.

Сверху посыпают измельченной зеленью, кладут мясную котлету, ломтик цуккини, кусочек помидора, поливают кетчупом и накрывают оставшейся частью булочки.

Сэндвичи «Денвер»

Ингредиенты:

Батон – 1 шт., орехи грецкие очищенные – 250 г, чеснок – 4–5 долек, сырок плавленый – 1 шт., масло сливочное – 3 ст. ложки, майонез – 3 ст. ложки, зелень петрушки или укропа.

Способ приготовления:

Грецкие орехи и чеснок измельчают, плавленый сырок растирают с майонезом и соединяют с чесноком и орехами, все тщательно перемешивают.

Батон разрезают вдоль пополам, одну часть смазывают сливочным маслом, а вторую – массой из сырка, орехов и чеснока.

Обе половинки батона складывают, заворачивают в полиэтиленовый пакет и кладут на 1–2 ч в холодильник.

Перед подачей к столу батон режут тонкими ломтиками и посыпают измельченной зеленью петрушки или укропа.

Сэндвичи «Сакраменто»

Ингредиенты:

Хлеб белый – 6 ломтиков, филе цыпленка жареное – 200 г, помидоры – 3 шт., редис – 3 шт., ветчина – 2 ломтика, огурец – 1 шт., майонез – 3 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка, зелень петрушки, салат листовой.

Способ приготовления:

Филе цыпленка режут порционными кусками, на ломтики хлеба намазывают сливочное масло. Помидоры, редис и огурец нарезают кружочками.

На каждый ломтик хлеба кладут лист салата, намазывают на него майонез, кладут сверху помидор, ветчину, мясо цыпленка, еще раз намазывают майонез и накрывают салатным листом.

Бутерброд накрывают вторым ломтиком хлеба, скалывают все металлической шпажкой и украшают кусочками огурца, редиса и зеленью петрушки.

Сэндвичи «Мичиган»

Ингредиенты:

Булочки продолговатые – 4 шт., колбаса вареная обезжиренная – 150 г, перец сладкий зеленый – 1 шт., майонез – 5 ст. ложек, лук зеленый, салат листовой.

Способ приготовления:

Перец, лук и салат моют в холодной воде и откидывают на дуршлаг, чтобы стекла вода. Перец нарезают колечками, зеленый лук шинкуют. Булочки разрезают вдоль на 2 части и намазывают на каждую майонез.

На одну из половинок булочки кладут лист салата, нарезанную ломтиками колбасу, колечки перца, посыпают зеленым луком и накрывают сверху второй половинкой булочки.

Сэндвичи с тунцом

Ингредиенты:

Хлеб белый – 10 ломтиков, тунец консервированный – 200 г, оливки без косточек – 10 шт., лук репчатый – 1 шт., майонез – 5 ст. ложек, салат листовой, зелень петрушки или укропа, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук, оливки и зелень мелко режут, соединяют с тунцом и майонезом, добавляют соль, перец и все тщательно перемешивают.

Полученную массу намазывают на 5 ломтиков хлеба. На оставшийся хлеб намазывают майонез и накрывают им остальные ломтики хлеба.

Сэндвичи заворачивают в полиэтиленовый пакет и кладут на 50–60 мин в холодильник. Перед подачей к столу сэндвичи освобождают от пленки, разрезают по диагонали и украшают зеленью и салатными листочками.

Первые блюда

Похлебка с индейкой и грибами

Ингредиенты:

Грудки индюшачьи без кожи и костей – 400 г, рис – 70 г, бульон куриный – 700 г, шампиньоны – 350 г, молоко – 250 г, вода – 100 г, чеснок – 3 дольки, лук репчатый – 1 шт.,

морковь – 1 шт., мука пшеничная – 3 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, масло оливковое – 1 ст. ложка, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриный бульон вливают в кастрюлю, добавляют воду. Смесь доводят до кипения.

Грудки нарезают на 8 одинаковых кусков, добавляют в бульон, солят, перчат, доводят до кипения, накрывают кастрюлю крышкой и варят 30 мин. Мясо вынимают, остужают, нарезают небольшими кусочками.

Чеснок, морковь, грибы и лук измельчают, обжаривают на среднем огне в разогретом оливковом масле, добавляют сливочное масло, рис и тушат, помешивая, 10 мин.

В полученную массу добавляют муку и жарят 1 мин. Смесь вливают в горячий бульон, доводят до кипения, накрывают емкость крышкой и варят похлебку 20 мин.

За 2 мин до готовности в похлебку вливают молоко и добавляют мясо индейки.

Блюдо подают к столу горячим.

Пельменный суп «Джордж Вашингтон»

Ингредиенты:

Пельмени – 1 кг, бульон куриный – 500 мл, помидоры – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, сметана или майонез – 2 ст. ложки, зелень шпината, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Репчатый лук и помидоры нарезают кубиками и пассеруют в растительном масле. Шпинат измельчают, добавляют в кипящий

бульон вместе с обжаренным луком и помидорами и доводят до кипения.

Бульон солят, добавляют пельмени. Суп варят до готовности пельменей и подают к столу, заправив сметаной или майонезом.

Куриный суп с грибами

Ингредиенты:

Бульон куриный – 1 л, вода – 1 л, грибы – 500 г, мясо куриное – 300 г, сливки – 250 г, желтки яичные – 2 шт., яйцо – 1 шт., масло сливочное – 1 ст. ложка, орех мускатный молотый – 1 ч. ложка, вино белое – 1 ст. ложка, мука пшеничная – 1 ст. ложка, зелень укропа, соль.

Способ приготовления:

Куриное мясо пропускают через мясорубку, смешивают с яйцом, вином, мукой и сливочным маслом.

Грибы кладут в кастрюлю, солят, заливают водой, варят до готовности, срезают и наполняют шляпки фаршем.

Фаршированные грибы кладут в кастрюлю, заливают 250 г куриного бульона, выкладывают в тарелки.

Бульон от грибов процеживают, смешивают с оставшимся бульоном, кипятят, добавляют сливки, яичные желтки и варят суп 5 мин, постоянно помешивая.

Суп процеживают, добавляют молотый мускатный орех, измельченную зелень укропа, разливают по тарелками, подают к столу с грибами.

Суп-пюре «Обед фермера»

Ингредиенты:

Бульон говяжий – 500 мл, капуста белокочанная – 300 г, сыр – 200 г, хлеб белый – 4 ломтика, морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., масло растительное – 4 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Морковь очищают, отваривают и протирают через сито. Очищенные корень сельдерея и лук шинкуют и жарят в растительном масле до золотистой корочки. Ингредиенты смешивают.

Часть пюре заливают бульоном и добавляют в полученный

суп нарезанную соломкой капусту, которую предварительно отваривают, и соль.

В другую часть пюре кладут тертый сыр, все тщательно перемешивают, полученную массу намазывают на ломтики хлеба и запекают их в предварительно разогретой духовке. Суп подают к столу вместе с гренками, выложенными на блюдо.

Вторые блюда

Бифштексы по-американски (вариант первый)

Ингредиенты:

Вырезка говяжья – 1 кг, масло оливковое – 100 г, яйца – 10 шт., зелень петрушки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говяжью вырезку нарезают порционными кусками, тщательно отбивают, солят, перчат и обжаривают с обеих сторон в оливковом масле. В отдельной емкости взбивают яйца, добавляют соль, небольшое количество измельченной зелени петрушки.

Как только бифштексы подрумянятся с двух сторон, их заливают взбитыми яйцами, посыпают оставшейся зеленью и жарят до готовности яичницы. Как правило, данное блюдо готовят за 5–10 мин до подачи к столу, не допуская пережаривания мяса.

Бифштексы по-американски (вариант второй)

Ингредиенты:

Филе говядины – 600 г, желтки яичные – 5 шт., помидоры – 4 шт., лук репчатый – 2 шт., свекла – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, зелень петрушки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо очищают от пленок и сухожилий, моют, нарезают порционными кусками, тщательно отбивают, посыпают солью и перцем, слегка обжаривают с двух сторон в растительном масле, после чего делают в центре каждого куска небольшое углубление и выливают в него сырой желток.

Лук, помидоры и свеклу режут небольшими кусочками и гарнируют ими бифштексы. Затем блюдо ставят в разогретую духовку и запекают до готовности мяса. Готовые бифштексы украшают измельченной зеленью петрушки.

Бифштексы с сыром и салями на гриле

Ингредиенты:

Вырезка говяжья – 400 г, сыр – 100 г, салями – 100 г, масло растительное – 6 ст. ложек, соус острый – 4 ч. ложки, зелень базилика, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Говяжью вырезку нарезают порционными кусками, хорошо отбивают, посыпают солью и перцем и обжаривают с обеих сторон в растительном масле.

Бифштексы смазывают соусом, после чего на каждый кусочек укладывают ломтик салями и веточку базилика, а сверху кладут ломтик сыра.

Мясо складывают пополам начинкой внутрь, закрепляют с помощью нитки, смазывают растительным маслом и запекают на гриле 15 мин.

Гуляш по-арканзасски

Ингредиенты:

Говядина – 700 г, помидоры консервированные – 200 г, горошек зеленый консервированный – 100 г, бульон мясной – 50 г, вода – 50 г, картофель – 6 шт., листья лавровые – 2–3 шт., морковь – 2 шт., корни сельдерея – 2 шт., лук репчатый – 2 шт., чеснок – 2 дольки, масло растительное – 5 ст. ложек, мука пшеничная – 2 ст. ложки, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо моют и режут небольшими кусочками, лук и чеснок очищают и измельчают, очищенную морковь и корни сельдерея шинкуют, картофель нарезают кубиками.

Подготовленное мясо в течение 2–3 мин обжаривают в растительном масле, затем добавляют лук и чеснок, солят, перчат, посыпают мукой и еще раз обжаривают.

Как только мясо приобретет золотистый цвет, на сковороду выкладывают лавровые листья и консервированные помидоры, заливают все рассолом из помидоров, бульоном и водой так, чтобы мясо было немного прикрыто, и тушат в течение 60 мин.

Добавляют нарезанные картофель, сельдерей, морковь и тушат на небольшом огне 25 мин. За несколько минут до готовности в блюдо добавляют консервированный зеленый горошек.

Курица на решетке «Вирджиния»

Ингредиенты:

Тушка курицы, сухари молотые – 100 г, соус с каперсами – 100 г, бекон – 60 г, помидоры – 3 шт., картофель – 3 шт., огурцы соленые – 2 шт., горошек зеленый консервированный – 5 ст. ложек, сыр тертый – 2 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, зелень петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Тушку курицы моют в холодной воде, подсушивают салфеткой, разрезают вдоль позвоночника и выворачивают обе части тушки наружу. Мясо солят, сбрызгивают растительным маслом, обваливают в молотых сухарях и укладывают на решетку для жарки. Как только курица будет готова, ее подают к столу.

В качестве гарнира можно предложить поджаренный на сливочном масле и посыпанный измельченной зеленью петрушки картофель, фаршированные смесью из тертого сыра, молотых сухарей и кусочков бекона помидоры, зеленый горошек. Отдельно подают к блюду соус с каперсами и кусочками соленых огурцов.

Камбала под винным соусом

Ингредиенты:

Филе камбалы – 200 г, овощи замороженные – 800 г, сливки – 100 г, картофель – 6 шт., вино белое сухое – 5 ст. ложек, масло оливковое – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ст. ложка, горчица – 2 ч. ложки, зелень укропа, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Картофель моют, чистят и варят в подсоленной воде до готовности.

Филе камбалы моют, подсушивают салфеткой, режут кусочками, солят, посыпают перцем, сбрызгивают лимонным соком, сворачивают в трубочки и закрепляют с помощью шпажек.

Замороженную овощную смесь разогревают на сковороде с оливковым маслом, тут же выкладывают филе камбалы, тушат все в течение 10 мин, посыпав солью, перцем и измельченной зеленью укропа.

После этого добавляют соус, приготовленный из сливок, горчицы и белого вина, и тушат еще 3–4 мин. Блюдо подают к

столу вместе с вареным картофелем.

Фасоль с копченой свиной грудинкой

Ингредиенты:

Грудинка свиная копченая – 150 г, фасоль стручковая – 200 г, бульон мясной – 200 мл, лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, томат-пюре – 1 ст. ложка, зелень петрушки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Стручковую фасоль варят до полуготовности в подсоленной воде, грудинку нарезают тонкими полосками, репчатый лук измельчают. Кусочки грудинки и лук обжаривают в сливочном масле, добавляют томат-пюре, бульон и тушат до тех пор, пока грудинка не приобретет мягкость.

Мясо и лук смешивают со стручками фасоли и тушат в течение 10–15 мин. Перед подачей к столу блюдо посыпают измельченной зеленью петрушки.

Панированные окорочка

Ингредиенты:

Окорочка куриные – 4 шт., яйца – 2 шт., чипсы картофельные – 50 г, сыр – 50 г, масло сливочное – 1 ст. ложка, карри, соль, перец по вкусу.

Способ приготовления:

Куриные окорочка моют в холодной воде и подсушивают салфеткой. Яйца взбивают, солят и смешивают с перцем и карри.

Картофельные чипсы измельчают и соединяют с тертым сыром. Подготовленные окорочка обмакивают во взбитые яйца, обваливают в панировочной смеси из чипсов и сыра, укладывают в смазанную сливочным маслом форму и ставят в предварительно разогретую духовку.

Жарят до золотистой корочки.

Изделия из теста

Рулет ореховый

Ингредиенты:

Сливки – 500 мл, фундук толченый – 300 г, масло сливочное – 20 г, сахар – 50 г, яйца – 6 шт., ром – 3 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, сода – 0,5 ч. ложки, ванилин.

Способ приготовления:

Желтки растирают с сахаром добела, добавляют ванилин, толченый фундук, соду и взбитые белки. Противень застилают смазанной маслом бумагой, выливают яичную массу и выпекают в разогретой до 180° С духовке в течение 15–20 мин. Затем противень с коржом накрывают влажной салфеткой и охлаждают.

На столе расстилают чистое полотенце, выкладывают на него корж и снимают бумагу. Сливки взбивают с сахарной пудрой и ромом, намазывают на корж и осторожно сворачивают его в рулет.

Торт с яблоками

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 250 г, масло сливочное – 100 г, сахар – 100 г, яблоки – 4 шт., яйца – 2 шт., сметана – 3 ст. ложки, коньяк – 2 ст. ложки, вода – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

1 яйцо взбивают с 2 ст. ложками сахара, добавляют муку, 80 г масла и воду. Хорошо вымешивают тесто и кладут его в холодильник на 30–40 мин.

Яблоки очищают, удаляют сердцевину, нарезают дольками, припускают в оставшемся сливочном масле, смешивают с 2 ложками сахара, тушат еще 5 мин на небольшом огне и остужают. Тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5–2 см, кладут на противень, выкладывают на тесто яблочную начинку.

Яйцо взбивают с оставшимся сахаром, добавляют сметану и коньяк. Полученной смесью заливают торт и выпекают в разогретой духовке 40–45 мин.

Печенье

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 250 г, сахар – 250 г, яйца – 3 шт., миндаль измельченный – 3 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Яйца взбивают с сахаром, добавляют муку и перемешивают. Тесто выкладывают ложкой на смазанный маслом противень, посыпают печенье миндалем и выпекают 10 мин в разогретой до 180° С духовке.

Торт кофейный

Ингредиенты:

Пудра сахарная – 500 г, масло сливочное – 350 г, орехи очищенные – 100 г, яйца – 8 шт., вода – 4 ст. ложки, мука пшеничная – 3 ст. ложки, крахмал – 3 ст. ложки, кофе растворимый – 3 ч. ложки, сок лимонный — 0,5 ч. ложки, зерна кофейные для украшения, ванилин.

Способ приготовления:

6 яиц взбивают с 1 стаканом сахарной пудры, добавляют 2 ст. ложки воды, муку, крахмал, ванилин и перемешивают. Тесто выкладывают в смазанную маслом форму и ставят в разогретую до 170° С духовку на 35–40 мин. Готовый корж охлаждают и разрезают на 3 части.

Из оставшейся сахарной пудры, воды и лимонного сока готовят сироп. Два желтка растирают в миске, добавляют небольшими порциями сироп и растворимый кофе, тщательно перемешивают и охлаждают. Затем смешивают со сливочным маслом и частью измельченных грецких орехов.

Коржи смазывают кремом, укладывают друг на друга, обмазывают кремом края. Торт украшают оставшимися орехами и кофейными зернами, ставят в холодильник на 2–3 ч.

Торт шоколадный с миндалем

Ингредиенты:

Сахар – 250 г, масло сливочное – 150 г, крахмал –

50 г, миндаль молотый – 50 г, яйца – 8 шт., шоколад – 1 плитка, какао – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 2 ст. ложки, вода – 1 ст. ложка.

Способ приготовления:

Яйца взбивают с сахаром, добавляют молотый миндаль, муку, крахмал, какао, растопленное сливочное масло и перемешивают. Тесто выкладывают в смазанную маслом форму и ставят в разогретую до 180° С духовку. Выпекают 50–60 мин, вынимают из формы и остужают.

Плитку шоколада разламывают на кусочки, добавляют воду и растапливают на водяной бане. Получившуюся глазурь распределяют по поверхности торта.

Язычки

Ингредиенты:

Масло сливочное – 100 г, мука пшеничная – 100 г, сахар – 100 г, белки яичные – 4 шт., сметана – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

Размягченное сливочное масло растирают с сахаром, добавляют взбитые в пену белки, муку и сметану, тщательно перемешивают.

Приготовленное тесто с помощью кондитерского шприца выдавливают на противень в виде полосок длиной 8–10 см. Язычки выпекают 5 мин в разогретой до 220° С духовке.

Глава 5. Кухня Австралии

Австралийская кухня представляет собой приспособленную к местным условиям английскую.

Большой популярностью на австралийском континенте пользуются разнообразные фаршированные блюда и мясо (говядина, баранина, птица), которое подают к столу хорошо прожаренным. Не менее любимы рыбные блюда: жареные, запеченные, тушеные, консервированные, широкое применение находят также устрицы и лангусты.

Мясные и рыбные кушанья обычно подают к столу с гарниром из риса или овощей. Не забывают кулинары и о тропических фруктах (бананах, ананасах, папайе), из которых готовят не только десерты, но и гарниры к мясным блюдам (например, бананы жарят, а в ананасовом соке вымачивают мясо птицы).

Как правило, на завтрак австралийцы едят овощи, хлеб, яйца, сосиски, ветчину или одно горячее блюдо. Ленч во многом напоминает английский: мясной паштет, бифштекс с картофелем или луком, салат с майонезом и сыром или несколько сэндвичей. Ужин австралийца состоит из супа или холодной закуски, мясного или рыбного блюда и обязательного десерта.

Холодные закуски

Сосиски в беконе

Ингредиенты:

Сосиски – 6 шт., бекон – 6 ломтиков, помидоры – 3 шт., масло растительное – 1 ст. ложка, зелень петрушки – 1 пучок, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Каждую сосиску очищают от оболочки, заворачивают в ломтик бекона и обжаривают в разогретом растительном масле. Помидоры моют, нарезают дольками, солят, перчат.

Сосиски гарнируют дольками помидоров, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки и подают к столу.

Сэндвичи с крабами

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 4 ломтика, мясо крабовое вареное – 50 г, салат зеленый – 2 листика, картофель – 1 шт., майонез – 2 ч. ложки, горчица – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Картофель варят, очищают и нарезают кружочками. Мясо крабов пропускают через мясорубку и смешивают с горчицей.

На ломтик хлеба намазывают крабовую массу, сверху укладывают кружок картофеля, лист салата, майонез и накрывают другим ломтиком хлеба.

Сэндвичи с языком

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 4 ломтика, язык вареный – 2 ломтика, салат зеленый – 2 листика, помидор – 1 шт., яйцо – 1 шт., майонез – 2 ч. ложки.

Способ приготовления:

Яйцо варят вкрутую, очищают и мелко рубят. Помидор нарезают кружочками. На хлеб выкладывают лист салата, ломтик

языка, затем кружок помидора и нарубленное яйцо.

Поливают майонезом и накрывают другим ломтиком хлеба.

Сэндвичи с курицей

Хлеб пшеничный – 8 ломтиков, филе куриное отварное – 200 г, масло сливочное – 2 ст. ложки, сливки – 1 ст. ложка, каперсы – 1 ч. ложка, перец черный молотый по вкусу.

Способ приготовления:

Куриное мясо дважды пропускают через мясорубку, добавляют сливки, размягченное сливочное масло, перец. Смесь тщательно перемешивают и намазывают на ломтики хлеба, сверху выкладывают каперсы и накрывают каждый ломтик хлеба другим ломтиком.

Бутерброды «Сидней»

Ингредиенты:

Хлеб пшеничный – 9 ломтиков, тунец консервированный – 100 г, устрицы консервированные – 100 г, креветки – 50 г, грибы отварные – 50 г, помидор – 1 шт., яйцо – 1 шт., майонез – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

Креветки отваривают и очищают от панциря, добавляют устрицы, кусочки тунца, нарезанные грибы, сваренное, очищенное и натертое на крупной терке яйцо, майонез. Все перемешивают и выкладывают на хлеб. Бутерброды украшают нарезанным кружочками помидором.

Гренки, запеченные с яйцами

Ингредиенты:

Грудинка копченая – 100 г, яйца – 8 шт., хлеб пшеничный – 8 ломтиков, масло оливковое – 3 ст. ложки, лук зеленый – 1 пучок, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Ломтики хлеба слегка обжаривают в разогретом масле и укладывают в огнеупорную посуду. На каждый ломтик кладут по

кусочку копченой грудинки. Яйца хорошо размешивают до получения однородной массы, добавляют мелко нарезанный зеленый лук, соль, перец. Получившейся смесью заливают гренки, ставят в разогретую духовку и пекут в течение 5–7 мин.

Салат из помидоров с ветчиной

Ингредиенты:

Ветчина – 300 г, помидоры – 4 шт., огурцы – 2 шт., яблоки – 2 шт., корень сельдерея – 1 шт., салат листовой – 1 пучок, майонез – 4 ст. ложки, сок апельсиновый – 2 ст. ложки.

Способ приготовления:

Листья салата моют и раскладывают на блюде. Яблоки, огурцы и сельдерей очищают, нарезают кубиками, поливают апельсиновым соком, перемешивают и выкладывают в центр блюда.

Ветчину нарезают тонкими ломтиками, скручивают в рулетики и укладывают по краям, чередуя с нарезанными дольками помидорами.

Салат поливают сверху майонезом и подают к столу, не перемешивая, чтобы не нарушить структуру блюда.

Салат из морских гребешков

Ингредиенты:

Мясо гребешков – 300 г, помидоры – 2 шт., шпинат – 1 пучок, лук репчатый – 1 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, масло оливковое – 2 ст. ложки, уксус винный – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Шпинат моют, обсушивают и помещают в салатницу. Сверху выкладывают нарезанные дольками помидоры и мелко нарубленный лук. Оливковое масло смешивают с винным уксусом, приправляют солью и молотым перцем и заливают овощи полученным соусом. Гребешки обжаривают с двух сторон в разогретом сливочном масле и добавляют в салат.

Салат из кальмаров

Ингредиенты:

Кальмары – 500 г, апельсины – 2 шт., яблоко – 1 шт., зелень укропа – 1 пучок, сок лимонный – 2 ст. ложки, масло оливковое – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Кальмары нарезают колечками и слегка обжаривают в оливковом масле, добавляют лимонный сок и тушат в течение 3–5 мин. Апельсины и яблоко очищают, удаляют семена. Яблоко нарезают кубиками, а апельсин делят на дольки и снимают с них кожицу. Подготовленные кусочки кальмаров смешивают с фруктами, солят, перчат и посыпают мелко нарезанной зеленью укропа.

Салат из авокадо с креветками и шампиньонами

Ингредиенты:

Креветки – 250 г, шампиньоны свежие – 250 г, авокадо – 1 шт., масло оливковое – 2 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, йогурт несладкий – 2 ст. ложки, уксус винный – 2 ст. ложки, зелень петрушки – 1 пучок, салат листовой – 1 пучок, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Предварительно отваренные и очищенные креветки смешивают с йогуртом, сметаной, приправляют солью и перцем. Авокадо очищают от кожицы, вынимают ядро, мякоть нарезают кубиками. Шампиньоны промывают и нарезают тонкими ломтиками, затем смешивают с кусочками авокадо, уксусом, оливковым маслом, добавляют соль, перец и мелко нарубленную зелень петрушки. На плоское блюдо выкладывают листья салата, помещают в центре креветки, а по краям распределяют смесь из авокадо и шампиньонов.

Авокадо, фаршированные креветками

Ингредиенты:

Креветки отварные очищенные – 250 г, авокадо – 2 шт., лимон – 1 шт., зелень петрушки – 1 пучок, майонез – 2 ст. ложки, сметана – 2 ст. ложки, кетчуп острый – 1 ч. ложка, хрен тертый – 1 ч. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Авокадо разрезают на 2 части, вынимают косточки, солят, перчат и поливают соком, выжатым из лимона. Майонез, сметану, кетчуп и хрен хорошо перемешивают, приправляют перцем и солью. Креветки заливают полученным соусом, добавляют нарезанную петрушку и оставляют на 10 мин. Авокадо наполняют креветками, поливают соусом и подают к столу.

Первые блюда

Суп с печеночными фрикадельками

Ингредиенты:

Печень говяжья – 150 г, бульон говяжий – 1 л, молоко – 500 мл, булочки черствые – 2 шт., яйцо – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., зелень петрушки – 1 пучок, лук зеленый – 1 пучок, чеснок – 1 долька, масло сливочное – 2 ст. ложки, сухари панировочные – 2–3 ст. ложки, майоран сушеный молотый – 0,25 ч. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Булочки размачивают в молоке. Репчатый лук очищают, мелко нарезают и жарят в разогретом сливочном масле до золотистого цвета. Печень промывают, удаляют пленку, нарезают кусочками и пропускают через мясорубку вместе с размоченными булочками.

Полученный фарш соединяют с обжаренным луком, добавляют сырое яйцо, измельченную зелень петрушки, толченый чеснок и майоран, посыпают панировочными сухарями, солью, перцем и все тщательно перемешивают. Миску с фаршем накрывают крышкой и оставляют на 10 мин в прохладном месте.

В кастрюлю наливают говяжий бульон и доводят его до кипения. Из фарша формуют фрикадельки, опускают в бульон и варят в течение 10 мин на слабом огне.

Готовые фрикадельки раскладывают по тарелкам, заливают бульоном, посыпают нарезанным зеленым луком и подают к столу.

Суп «Ассорти»

Ингредиенты:

Тушка курицы, вода – 2 л, крупа овсяная – 200 г, нога телячья – 1 шт., лук репчатый – 1 шт., корень петрушки – 1 шт., морковь – 1 шт., гвоздика – 2 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Лук, морковь и корень петрушки нарезают. Подготовленную

птицу опускают в кастрюлю, сверху кладут разрубленную на части телячью ногу, заливают ингредиенты водой и варят 30 мин.

Затем добавляют приправы, соль, продолжают варить еще 20–30 мин, периодически снимая пену, после чего всыпают вымоченную в холодной воде крупу и доводят суп до готовности.

Мясо и крупу вынимают из бульона, мясо отделяют от костей и нарезают крупными кусками.

Овощи протирают через сито, смешивают с крупой и кладут в бульон, добавляют нарезанное мясо и подают суп к столу.

Вторые блюда

Капит

Ингредиенты:

Вырезка говяжья – 1 кг, шампиньоны – 300 г, картофель – 10 шт., яйцо – 1 шт., зелень петрушки – 1 пучок, масло сливочное – 4 ст. ложки, сухари панировочные – 2 ст. ложки, цедра лимонная – 1 ч. ложка, соль, перец черный и красный молотый.

Способ приготовления:

Грибы промывают, очищают, нарезают кусочками и обжаривают в масле (1 ст. ложка). Добавляют панировочные сухари, лимонную цедру, взбитое яйцо и мелко нарезанную петрушку, все это солят, перчат и тщательно перемешивают.

Вырезку надрезают, заполняют приготовленным грибным фаршем и зашивают края кулинарной нитью. Мясо обжаривают в масле (1 ст. ложка) с обеих сторон до образования румяной корочки, затем ставят в духовку и запекают в течение 2,5 ч, периодически поливая образующимся соком.

Картофель очищают, нарезают соломкой и обжаривают в масле (2 ст. ложки). Приготовленное мясо подают к столу целиком с гарниром из жареного картофеля.

Бифштекс по-австралийски

Ингредиенты:

Говядина – 600 г, сок ананасовый – 200 мл, лук репчатый – 2 шт., зелень петрушки – 1 пучок, масло растительное – 4 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо нарезают порционными кусками и вымачивают в ананасовом соке в течение 5 ч. Затем вынимают, солят, перчат и обжаривают в 2 ст. ложках растительного масла. Лук очищают, шинкуют, пассеруют в 2 ст. ложках масла, добавляют оставшийся от мяса ананасовый сок и доводят до кипения. Бифштекс поливают луково-ананасовым соусом, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки и подают к столу.

Ростбиф по-австралийски

Ингредиенты:

Вырезка говяжья – 500 г, горошек зеленый консервированный – 8 ст. ложек, масло сливочное – 3 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо промывают, приправляют солью и перцем и обжаривают целиком на сковороде в разогретом сливочном масле до образования золотистой корочки. Затем обжаренное мясо ставят в предварительно разогретую духовку и доводят до готовности, периодически поливая образующимся соком.

Готовый ростбиф вынимают из духовки, нарезают порционными кусками поперек волокон и подают к столу с гарниром из зеленого горошка.

Мозги говяжьи в винном соусе

Ингредиенты:

Мозги говяжьи – 500 г, вода – 1 л, шампиньоны свежие – 150 г, вино красное сухое – 50 мл, лук репчатый – 2 шт., масло сливочное – 2 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленные мозги варят до готовности в подсоленной воде и нарезают кусочками. Очищенный лук шинкуют и обжаривают в растительном масле вместе с целыми шляпками шампиньонов. Для соуса растапливают сливочное масло и смешивают его с вином.

Кусочки мозгов выкладывают на тарелку, поливают соусом, гарнируют жареными шампиньонами с луком и подают к столу.

Тушеный язык

Ингредиенты:

Язык говяжий – 1 кг, бульон мясной или вода – 100 мл, сок томатный – 100 мл, пюре картофельное – 500 г, лук репчатый – 1 шт., морковь – 1 шт., корень сельдерея – 1 шт., масло сливочное – 4 ст. ложки, мука пшеничная – 2 ст. ложки, уксус столовый – 1 ст. ложка,

лист лавровый – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленный язык обжаривают с обеих сторон в кипящем масле (3 ст. ложки) и вынимают. В то же масло кладут мелко нарезанную морковь, корень сельдерея и лук, посыпают их мукой и поджаривают.

Овощи соединяют с томатным соком, уксусом, кладут язык, заливают все бульоном или теплой водой, солят по вкусу, приправляют перцем, лавровым листом и тушат на слабом огне. Готовый язык нарезают тонкими ломтиками. Соус, в котором тушился язык, протирают через сито и заправляют 1 ст. ложкой сливочного масла. Кусочки языка поливают соусом и подают к столу с гарниром из картофельного пюре.

Грудка утки с апельсинами под винным соусом

Ингредиенты:

Филе грудки утки – 500 г, бульон куриный или грибной концентрированный – 200 мл, мука пшеничная – 2 ст. ложки, вино белое столовое – 5 ст. ложек, масло сливочное – 4 ст. ложки, апельсин – 1 шт., лист лавровый – 1 шт., соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленное филе утки натирают солью и перцем, кладут в разогретое сливочное масло (2 ст. ложки) кожицей вниз и слегка обжаривают, переворачивая и сливая лишний жир. Апельсин очищают от кожуры, нарезают мякоть кусочками и тоже обжаривают в 1 ст. ложке сливочного масла.

Филе утки нарезают порционными кусками, складывают в сотейник, добавляют вино и бульон и тушат в духовке в течение 30–40 мин. На сливочном масле (1 ст. ложка) обжаривают муку до золотистого цвета. Готовые куски утки выкладывают на блюдо и перекладывают апельсинами. В бульон аккуратно вводят муку, помешивая, чтобы не образовывались комочки, добавляют лавровый лист и специи и доводят до кипения. Утиную грудку подают с овощным гарниром и соусом.

Котлеты куриные с зеленым горошком

Ингредиенты:

Филе курицы – 300 г, хлеб пшеничный – 60 г, молоко – 4 ст. ложки, горошек зеленый консервированный – 4 ст. ложки, масло сливочное – 1 ст. ложка, масло растительное – 2 ст. ложки, сухари пшеничные – 1 ст. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Подготовленное филе курицы пропускают через мясорубку, добавляют размоченный в молоке хлеб, соль, сливочное масло и все тщательно перемешивают. Из полученного фарша формуют котлеты, обваливают их в сухарях, жарят в растительном масле до образования коричневой корочки и прогревают в духовке в течение 15 мин. Подают к столу с зеленым горошком, прокипяченным в собственном соку.

Куриные котлеты с начинкой

Ингредиенты:

Фарш куриный – 600 г, вода – 70 мл, семена подсолнечника очищенные – 70 г, чеснок – 1 долька, яйцо – 1 шт., зелень базилика – 1 пучок, зелень петрушки – 1 пучок, сыр тертый – 2 ст. ложки, масло растительное – 5 ст. ложек, сухари панировочные – 3 ст. ложки, горчица – 1 ч. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Семена подсолнечника обжаривают на раскаленной сковороде. Очищенный чеснок, половину предусмотренной в рецепте нормы базилика и петрушки измельчают, соединяют с тертым сыром и семенами подсолнечника, добавляют растительное масло – это будет начинка для котлет.

В куриный фарш кладут яйцо и сухари, добавляют воду, горчицу, солят, перчат и скатывают в лепешку, в центр которой кладут 1 ч. ложку начинки. Затем из фарша с начинкой формуют шарики, слегка придавливают их в ладонях и выкладывают на предварительно разогретую сковороду. Котлеты жарят в растительном масле в течение 10 мин до образования коричневой корочки. Перед подачей к столу посыпают котлеты рубленой зеленью.

Картофель с куриной печенью

Ингредиенты:

Картофель – 5–6 шт., печень куриная – 100 г, масло сливочное – 1 ст. ложка, молоко или бульон – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Очищенный картофель моют и готовят на пару, затем разминают деревянной ложкой, добавляют соль и горячее молоко или бульон и еще раз разминают до образования однородной массы. Печень нарезают кусочками, обжаривают в сливочном масле и смешивают с картофелем.

Курица экзотическая

Ингредиенты:

Тушка курицы, ананас тертый – 200 г, сок ананасовый – 4 ст. ложки, сливки – 2 ст. ложки, соль – 4 ст. ложки, майонез – 2 ст. ложки, сахар – 1 ч. ложка, листья салата.

Способ приготовления:

Соль и сахар разводят в воде, кипятят и остужают рассол. Подготовленную тушку курицы нарезают порционными кусками, заливают рассолом и выдерживают в течение 48 ч, переворачивая время от времени, чтобы мясо хорошо просолилось. Затем вынимают тушку из рассола и варят в небольшом количестве воды. Готовое мясо курицы отделяют от костей и снимают кожицу.

Майонез смешивают со сливками и ананасовым соком. На плоское блюдо выкладывают листья салата, сверху – куски курицы, все это заливают получившимся соусом и посыпают тертым ананасом.

Курица «Пикантная»

Ингредиенты:

Тушка курицы, вино белое – 150 мл, яйца – 2 шт., хлеб пшеничный – 2 ломтика, сосиски – 3 шт., лук репчатый – 1 шт., чеснок – 2 дольки, масло сливочное – 5 ст. ложек, сливки – 4 ст. ложки, молоко – 2 ст. ложки, какао – 1 ч. ложка, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Из измельченного хлеба, молока, половины сливочного масла, яиц, мелко нарезанных сосисок, 1 дольки растертого чеснока и молотого перца делают фарш. Подготовленную тушку курицы солят изнутри и заполняют подготовленной массой. Затем выкладывают птицу на блюдо грудкой вниз, рядом кладут крупно нарезанную луковицу и дольку чеснока, закрывают курицу жиронепроницаемой бумагой, ставят блюдо в микроволновую печь и готовят в течение 12–15 мин при максимальной мощности. После этого переворачивают тушку грудкой вверх и, не закрывая бумагой, готовят еще 10 мин.

Готовую курицу выкладывают на блюдо. В образовавшийся при тушении сок добавляют порошок какао, вино и нагревают смесь до кипения. Затем вводят сливки и дают покипеть еще около 3 мин. Птицу подают к столу горячей, в отдельной посуде – готовый соус.

Индейка «Тропическая»

Ингредиенты:

Мясо индейки – 500 г, ананасы консервированные (кружочками) – 4 шт., банан – 1 шт., орехи грецкие измельченные – 2 ст. ложки, мука пшеничная – 2 ст. ложки, масло растительное – 3 ст. ложки, пряности молотые – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Мясо индейки промывают и нарезают порционными кусками. Муку смешивают с пряностями и орехами, добавляют соль, обваливают в этой смеси куски птицы и выкладывают их в смазанную маслом емкость. Рядом кладут очищенный и нарезанный кружочками банан, кружочки ананасов, сбрызгивают маслом, ставят в микроволновую печь и готовят в течение 10 мин.

Индейка, фаршированная телячьей печенью с грецкими орехами

Ингредиенты:

Тушка индейки, печень телячья – 350 г, орехи грецкие очищенные – 400 г, молоко – 500 мл, яйца – 3 шт., масло сливочное – 6 ст. ложек, батон – 1 ломтик, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Печень промывают, нарезают кусочками и обжаривают в сливочном масле. Затем пропускают через мясорубку и протирают через сито. Орехи обдают кипятком и измельчают с помощью толкушки. Батон размачивают в молоке и отжимают. Все приготовленные продукты соединяют, добавляют сырые яйца, соль, размягченное сливочное масло и тщательно перемешивают.

Подготовленную тушку индейки солят, начиняют приготовленным фаршем и жарят на противне, положив птицу на спинку, чтобы не выпадал фарш.

Рыба-меч по-австралийски

Ингредиенты:

Филе рыбы-меч – 500 г, рис отварной – 400 г, бульон куриный – 400 мл, инжир сушеный – 150 г, бананы – 2 шт., перец сладкий красный – 1 шт., соус голландский – 8 ст. ложек, мука пшеничная – 2 ст. ложки, масло сливочное – 2 ст. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Сливочное масло разогревают в большой сковороде. Филе рыбы, инжир и сладкий красный перец нарезают кубиками, помещают на сковороду и обжаривают, пока они не станут мягкими. Затем добавляют муку, куриный бульон, солят и тушат до загустения. Добавляют нарезанные кружочками бананы, перемешивают и раскладывают в 4 формочки. Блюдо заливают сверху голландским соусом, ставят в разогретую духовку и пекут в течение 5–10 мин. Подают к столу с гарниром из вареного риса.

Шашлычки из морепродуктов

Ингредиенты:

Филе тунца или другой морской рыбы – 400 г, гребешки морские – 150 г, бекон – 150 г, ананасы консервированные – 1 банка, зелень петрушки – 0,5 пучка, сок апельсиновый – 4 ст. ложки, масло растительное – 2 ст. ложки, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления:

Филе рыбы нарезают небольшими кубиками, бекон – тонкими длинными ломтиками. На деревянные шпажки насаживают вперемежку кусочки рыбы и подготовленных морских гребешков,

затем оборачивают ломтиками бекона. Полученные шашлычки солят, перчат и обжаривают в разогретом растительном масле.

Кусочки консервированного ананаса смешивают с апельсиновым соком и нарезанной зеленью петрушки. Готовые шашлычки подают к столу с ананасовым салатом.

Картофель, фаршированный креветками

Ингредиенты:

Креветки отварные – 250 г, грибы свежие или консервированные – 250 г, картофель – 8 шт., желтки яичные – 2 шт., масло растительное – 2 ст. ложки, масло сливочное – 16 ст. ложек, вода – 3 ст. ложки, мука пшеничная – 2 ст. ложки, сок лимонный – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Очищенные креветки слегка припускают в небольшом количестве растительного масла, отдельно обжаривают нарезанные дольками свежие или консервированные грибы. Картофель моют, чистят и запекают в духовке, затем охлаждают, срезают верхушки и осторожно вынимают середину.

Для приготовления соуса желтки вливают в кастрюлю с толстым дном, добавляют воду, муку, соль, нарезанное мелкими кусочками сливочное масло и варят, непрерывно помешивая, до образования однородной массы. Потом вливают лимонный сок, снимают соус с огня и процеживают.

Подготовленные креветки и грибы смешивают с соусом, полученной массой наполняют клубни картофеля и запекают их в духовке.

Креветки в остром соусе

Ингредиенты:

Креветки – 2 кг, вода – 400 мл, чеснок – 5–6 долек, помидор – 1 шт., перец стручковый острый – 1 шт., масло растительное – 3 ст. ложки, тмин – 0,25 ч. ложки, соль по вкусу,

перец черный молотый – 0,25 ч. ложки.

Способ приготовления:

Чеснок и стручковый перец толкут в ступке, добавляют соль, перец, тмин. Помидор моют, очищают от кожицы и нарезают

небольшими кусочками. Все это обжаривают в разогретом растительном масле в течение 5 мин, добавляют воду, очищенные креветки и тушат на медленном огне 30 мин.

Изделия из теста

Австралийский торт безе

Ингредиенты:

Клубника – 300 г, сливки жирные – 300 мл, водка черешневая – 30 мл, белки яичные – 5 шт., сахар – 4 ст. ложки, пудра сахарная – 4 ст. ложки, мука кукурузная – 1 ст. ложка, сахар ванильный – 1 ч. ложка.

Способ приготовления:

Приготавливают основу для торта. Для этого белки взбивают в пену, постепенно добавляя сахар и 2 ст. ложки сахарной пудры. Затем осторожно подмешивают во взбитые белки кукурузную муку. Половину этой массы с помощью кондитерского мешка выпускают на пергамент в виде круга, вторую половину выпускают по краю в виде шариков и все подсушивают в разогретой до 110° С духовке в течение 1,5 ч.

Клубнику моют, половину протирают через сито и смешивают с 2 ст. ложками сахарной пудры. Сливки взбивают в крутую пену с ванильным сахаром, сбрызгивают черешневой водкой и смазывают этой смесью основу торта. Сверху укладывают целые ягоды клубники и поливают их сладким клубничным пюре.

Пирог фруктовый «Мельбурн»

Ингредиенты:

Мука пшеничная – 500 г, вода – 200 мл, сахар – 200 г, дрожжи сухие – 5 г, яйца – 2 шт., яблоки – 2 шт., груши – 2 шт., киви – 1 шт., масло сливочное – 6 ст. ложек, цедра лимонная – 0,5 ч. ложки, соль по вкусу.

Способ приготовления:

Фрукты моют, очищают от кожицы и семян, нарезают кубиками и припускают в сливочном масле с добавлением воды и сахара. Затем остужают, добавляют взбитые яйца, соль, лимонную цедру, разведенные в небольшом количестве воды дрожжи, всыпают муку и замешивают тесто.

Круглую форму выстилают промасленной бумагой, выкладывают на нее тесто и пекут при температуре 160–170° С в течение 1 ч. Готовый пирог остужают, выдерживают 2 суток в

прохладном месте и подают к столу.

Блинчики с творогом

Ингредиенты:

Творог – 300 г, мука пшеничная – 200 г, молоко – 200 мл, изюм – 100 г, яйца – 5 шт., масло сливочное – 6 ст. ложек, сахар – 4 ст. ложки, пудра сахарная – 2 ст. ложки, сливки – 2 ст. ложки, цедра лимонная – 1 ч. ложка, соль по вкусу.

Способ приготовления:

В муку вводят яйцо, молоко, 1 ч. ложку сахара, соль и замешивают жидкое тесто.

В сковороде растапливают 2 ст. ложки сливочного масла и выпекают блинчики.

Оставшееся сливочное масло растирают с сахаром, лимонной цедрой и 3 желтками. Добавляют творог, сливки и вымытый изюм. Белки взбивают и по частям вводят в творожную массу. На каждый блинчик выкладывают творожную начинку, сворачивают блинчики трубочкой и укладывают вплотную друг к другу в смазанную маслом форму. Яйцо взбивают с 2 ст. ложками молока, добавляют оставшийся сахар, поливают этой смесью блинчики и пекут в разогретой духовке до образования золотистой корочки.

Десерты

Батончики творожные

Ингредиенты:

Творог – 500 г, сметана – 200 г, сахар – 200 г, жир – 100 г, мука пшеничная – 150 г, масло сливочное – 30 г, яйца – 3 шт., сода, соль.

Способ приготовления:

В протертый творог добавляют просеянную муку, яйца, сметану, сахар, соду, соль и тщательно перемешивают. Массу раскатывают в тонкий пласт, нарезают полосками длиной 10 см и шириной 2 см и обжаривают во фритюре.

К столу десерт подают, полив растопленным сливочным маслом.

Рисовый пудинг по-австралийски

Ингредиенты:

Рис – 400 г, молоко – 200 мл, вода – 200 мл, изюм – 100 г, инжир сушеный – 100 г, финики – 100 г, белки яичные – 2 шт., имбирь сушеный – 0,3 г, фрукты (любые), сахар по вкусу.

Способ приготовления:

Рис промывают и варят в воде до полуготовности. Изюм моют, инжир и финики нарезают кусочками, смешивают с рисом, добавляют имбирь и сахар, вливают молоко и тушат на слабом огне до готовности риса. Массу охлаждают, соединяют со взбитыми белками и осторожно перемешивают. Укладывают в миску, предварительно ополоснув ее холодной водой, и ставят в холодильник. Перед подачей к столу пудинг переворачивают на тарелку и украшают кусочками свежих фруктов.